

COCKTAIL

Año 11 - Nº 83

LIFESTYLE

**EXPERTO EN GESTIÓN
GASTRONÓMICA**

STEVE MORALES

**ORGULLO QUE BRILLA
EN NUEVA YORK**

VODKA DE CAJÓN

**EXPLORANDO LA
COMIDA NIKKEI**

RESTAURANTE ACHE

Érika

Vitalobos

**"YA NO ELIJO CUALQUIER PAPEL SOLO POR
EL HECHO DE ESTAR EN UNA OBRA"**

EL JUEGO DE LA VIDA...

Y llegamos al 2025, en nuestro calendario occidental (solar); mientras que para los chinos (calendario lunar) es el año 4723: el año de la serpiente. Y cualquiera que sea el número, este nuevo ciclo debe ser de mejora en todo sentido, desde nuestro lugar en el universo y de acuerdo a nuestras capacidades. Este nuevo año en revista Cocktail lo llevaremos con la misión de un cambio a mejor, en contenido y en la forma de hacerla llegar. Iniciamos una nueva década en la revista llena de experiencias y de nuevos desafíos que se nos presentarán, en este mundo cada vez más cambiante y en donde son más las generaciones jóvenes que las que tienen más tiempo. Al tener una filosofía de revista de Life&Style que se ha mantenido con el tiempo, tenemos que adaptarnos a esas nuevas generaciones y a su forma

de ver la vida y el periodismo –en nuestro caso- de entretenimiento, cultural, gastronómico y de turismo. Estamos seguros que nuestros fieles lectores, que están con nosotros desde el día uno de una u otra manera sabrán adaptarse; así como los que hacemos posible las diversas plataformas de la revista. En un país donde constantemente se lucha -muchas veces- por vivir bien y en otras hasta por sobrevivir, no hay que abrir más o hacer notar más esas diferencias de clases sociales, económicas o de educación; sino por el contrario y cumplimiento con algunos preceptos del buen periodismo, nosotros al ser un medio de comunicación estamos en la obligación de acortar esas brechas que nos separan. El 2025 sigue avanzando y en dos meses ya hemos visto, escuchado o leído a través de los medios que la inseguridad ciudadana sigue siendo el pan nuestro de cada día. Más asaltos, secuestros y asesinatos. Seguimos descubriendo actos de corrupción en todas las esferas del poder político, más casos de pederastia de parte de algunos miembros de la Iglesia Católica, pero también vemos como el individuo común a través de las redes sociales fomenta el racismo, la homofobia, la discriminación; o como las instituciones se equivocan y censuran en vez de corregir. Es una realidad de la cual no somos ajenos y contra la cual hay que luchar todos desde nuestro lugar en esta sociedad. Y revista Cocktail desde su cancha desarrolla ese juego llamado vida de la manera más honesta y con la intención de mejorar el espíritu (¿y por qué no el cuerpo también?) de todos lectores y seguidores a los cuales en este 2025 sorprenderemos gratamente...¡Bienvenida primera edición del 2025 y feliz Día Internacional de la Mujer a todas las peruanas!



Carlos Amorós Núñez
Director

The Level

¡el más exclusivo servicio!



Experimenta de un nuevo concepto de hospitalidad en Meliá Lima. Cada detalle ha sido cuidadosamente pensado para que su estancia sea realmente única e inolvidable. Disfrute de un entorno reservado sólo para clientes de The Level, donde el servicio personalizado es nuestra prioridad, realiza un check in privado en habitaciones superiores e ingresa a nuestro all day Lounge con desayuno buffet, tea time, open bar y snack bar.



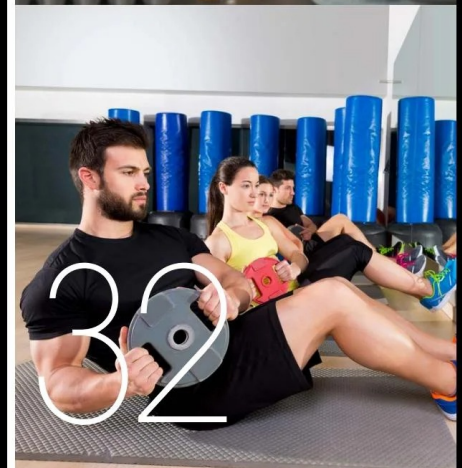
RESERVA AHORA Y DESCUBRE
UN NUEVO SIGNIFICADO DE
HOSPITALIDAD CON THE LEVEL.

Av. Gral. Salaverry 2599, San Isidro

melialima@melia.com
[@hotelmelialima](https://www.hotelmelialima.com)

MELIÁ
LIMA

CONTENIDO



ÉRIKA
VILLALOBOS
EN PORTADA
FOTOGRAFIA NASIM MUBARACK

16

INNSiDE
BY MELIÃ

Hello Curious

Un hotel
para los que
buscan nuevas
experiencias



INNSiDE by Meliã
Lima Miraflores

Ernesto Diez Canseco 344, Miraflores
(reservas) inside.lima@melia.com
[@innsidelimamiraflores](https://www.instagram.com/innsidelimamiraflores)

inside.com



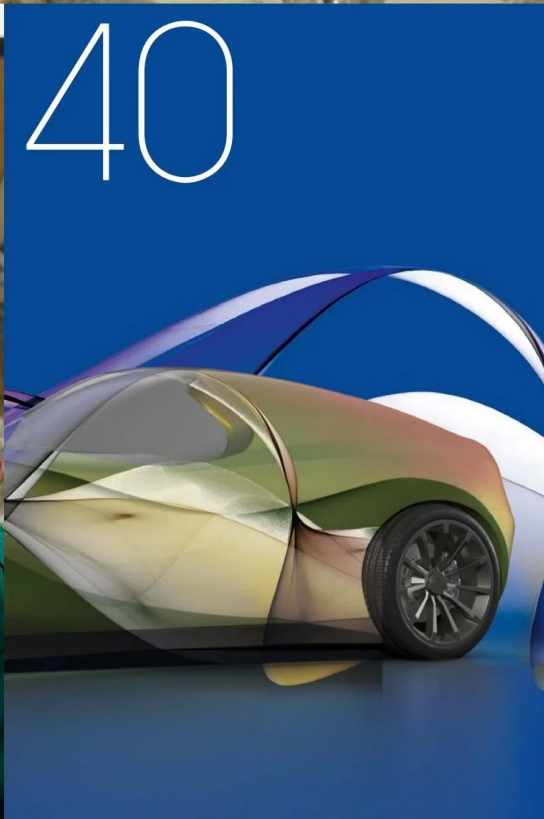
36



38



40



DepilZONE



ADIÓS A
LOS VELLOS,
**ADIÓS A LOS
PREJUICIOS.**

Ya son **12 años de experiencia** en los que Depilzone le continúa brindando a sus clientes **múltiples soluciones estéticas** con la mayor eficacia y seguridad posible.

Desde **depilación láser hasta tratamientos faciales y corporales**, este centro estético es el más reconocido del país para la **eliminación de vellos** y todo tipo de imperfecciones en la piel.

De igual manera, **múltiples figuras y celebridades del medio local** han avalado el **excelente servicio** brindado en **Depilzone**, disfrutando de sus más altas tecnologías y especialistas calificados.

¡No esperes más y dale una nueva oportunidad a tu piel!



COMODIDAD



RESULTADOS DESDE
LA 1ª SESIÓN



EFICACIA

DepilZONE

Escoge cómo Sentirte

TODO

lo que buscas,
lo encontrarás
en tu revista

COCKTAIL



Contáctenos:
prerensa@cocktail.pe

 @cocktailrevista

 @revista cocktail4681

 revista cocktail

SUSCRIBETE AHORA!!

COCKTAIL

LIFESTYLE



Gerente General
Maritza Rosales Soberón

Director General
Carlos Omar Amorós Núñez

Redactores
Julio César Torres
Juan Manuel Chávez
Vivian Burga - Cisneros
William Jarod Rojas

Canal de TV
Luis Miguel Quintana

Fotografía
Cecilia Miller
Nasim Mubarak
Nick Gutiérrez

Webmaster
Jorge Balboa

Editor Web
Juan Carlos Quintana

Community Manager
Aylin Castillo

Columnistas
Mario Ramos
Ivlev Moscoco
Juan Távara
Miguel Andrade
Mily Barba

Ejecutivos de Cuentas

Keydy Flores
Giovanna Landaeta
Luz Salazar
Noemi Rayo
Ivonne Tuesta
Stefano Ratto

Contabilidad
Cristhian Bohorquez

Redacción, Diseño y Corrección
Inversiones MRS E.I.R.L

Hecho el depósito legal en la
Biblioteca Nacional del Perú
N° 2015-07451

INVERSIONES MRS E.I.R.L.
Calle Carlos Ferreyros 960, Oficina 301
Lima 27 - Perú
email: prerensa@cocktail.pe
web: www.cocktail.pe
Instagram: @revistacocktail.pe
Twitter: @cocktailrevista



NUESTRA
PORTADA




GRAN
BOLÍVAR



SÉ PARTE DE NUESTROS 100 AÑOS DE HISTORIA

Un lugar lleno de tradición en pleno corazón de Lima

- RESTAURANTE
- BAR
- SALONES PARA EVENTOS

RESERVA

(+51) 936 120 746
reservas@granbolivar.pe

JIRÓN DE LA UNIÓN 958, LIMA



El Motorola Razr 50 ultra disponible en Perú

El lanzamiento del reciente Motorola Razr 50 ultra en colaboración con Pantone es la perfecta fusión entre innovación tecnológica y las últimas tendencias en diseño. Impregnado de elegancia sutil y calidez, el PANTONE 17-1230 Mocha Mousse presenta un discreto, pero elegante toque de glamour en este nuevo dispositivo de Motorola; y ya disponible en Perú a través de www.motorola.com.pe. El Mocha Mousse refuerza la importancia de saborear el momento; un recordatorio de que hay que disfrutar de los placeres sencillos de la vida y del momento presente. El Motorola Razr 50 ultra representa con audacia y deleite un icónico diseño plegable con una enorme pantalla externa POLED de 6,9" que ofrece a los usuarios una dosis de creatividad; y también cuenta con un potente rendimiento impulsado por el procesador Snapdragon® 8s Gen 3 y la carga TurboPower™ de 45W que garantiza energía para todo el día en minutos de carga.

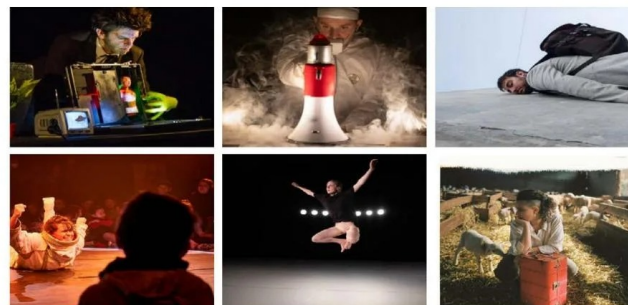
¿Y si te canto canciones de amor?

Esta comedia pícaro y tierna sobre sentirse diferente a los demás y terminar celebrándolo del dramaturgo uruguayo Dino Armas bajo la dirección de su compatriota Augusto Mazzarelli con las actuaciones de David Carrillo y Verónica Miranda se estrena este jueves 13 de marzo en el Teatro de Lucía. Esta obra nos presentará a Fidel y Pachi, dos cuarentones que se sienten muy lejos de haber alcanzado la felicidad. Para darse una mano, han decidido compartir departamento y pasar juntos los días previos a la Navidad. Mientras van ideando la mejor manera de despedirse de sus estancadas existencias, descubrirán que la vida ya les dio un tremendo regalo: una amistad a prueba de todo. Entradas a la venta en Joinnus: <https://www.joinnus.com/events/theater/lima-y-si-te-canto-canciones-de-amor-67028>



Regreso a clases con Converse

El regreso a clases está cada vez más cerca, y Converse presenta su nueva campaña Back to School, diseñada para estudiantes que buscan comenzar el año con estilo, comodidad y practicidad. Esta colección combina las siluetas icónicas de la marca con detalles modernos y funcionales que los acompañarán tanto en el aula como en su día a día. Su línea incluye: Zapatillas clásicas y versátiles en tonos neutros, perfectas para combinar con cualquier uniforme o look casual. Opciones resistentes y cómodas, ideales para largas jornadas y actividades dentro y fuera del colegio. Modelos personalizados, disponibles a través de las tiendas Converse, para estudiantes que quieran darle un toque único a su estilo. La colección Back to School de Converse ya está disponible en tiendas físicas, y en la página web oficial de la marca converse.com.pe.



Temporada Alta cumple 10 años

Esta edición 2025, de este siempre innovador festival de artes escénicas irá hasta el 18 de marzo. Este año participan en Temporada Alta elencos de danza y teatro de Francia, España, Suiza, Italia, Japón, Chile y Perú. En total 14 puestas en escena de primer nivel, además de clases maestras, talleres de danza, cine, entre otras actividades forman parte de esta nueva edición de la cita escénica. El Festival Internacional de Teatro y Danza Temporada Alta - Lima se realiza en coordinación con el Festival de origen en Girona, en asociación con las ciudades de Girona (España), Buenos Aires (Argentina) y Montevideo (Uruguay). Y es organizado por la Alianza Francesa. Entradas a la venta en: <https://acortar.link/f4V5iw> Mayor información en: www.aflima.org

El colchón diseñado para brindarte un descanso de alta calidad
combinando tecnología & materiales de primera.



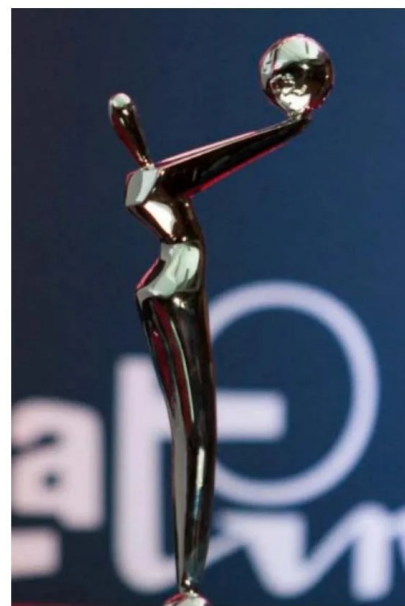


ONCOSALUD Y GMO unen fuerzas contra el cáncer de piel

En Perú, más de 3,500 casos de cáncer de piel fueron registrados entre 2021 y 2023, según el Ministerio de Salud, una enfermedad prevenible con medidas simples como el uso de lentes de sol con protección UV. La radiación UV alcanza niveles máximos durante el verano, incrementando el riesgo de daño en la piel y los ojos. GMO y Oncosalud promueven hábitos de protección para reducir este impacto. Esta alianza no sólo busca promover productos que protejan contra los rayos UV, sino también concientizar sobre la importancia de la detección temprana y la adopción de medidas preventivas. Ambas marcas destacan la importancia de acudir a chequeos médicos periódicos para evaluar el estado de la piel y prevenir problemas mayores. GMO y Oncosalud invitan a la población a sumarse a esta campaña, recordando que el cuidado personal comienza con pequeñas acciones que pueden marcar la diferencia.

La XII edición de los Premios Platinos

La más reciente edición de los Premios Platino se celebrará el próximo 27 de abril en el Palacio Municipal IFEMA Madrid, reuniendo a lo mejor del cine y las series iberoamericanas en una gala llena de emoción y talento. Contará con 23 categorías en juego, además de un PLATINO de Honor, la ceremonia promete ser un homenaje a las producciones y profesionales más destacados de los países de habla castellana y portuguesa. Este evento, que marca el regreso de los premios a Madrid tras su paso por Riviera Maya, celebra la consolidación de los Platino como los galardones más importantes del audiovisual en la región. La celebración será posible gracias al apoyo de la Comunidad de Madrid, el Ayuntamiento y otros colaboradores clave.



IHG Hotels & Resorts presenta: SOUMA Hotel Lima

Vignette Collection, parte del portafolio de lujo y estilo de vida de IHG Hotels & Resorts, le da la bienvenida a SOUMA Hotel Lima en Perú como su primer destino en Sudamérica. Idílicamente ubicado en el vibrante distrito limeño de Miraflores, bañado por las aguas del océano Pacífico, apreciadas desde su famoso Malecón. La decoración moderna y minimalista del hotel –inspirada en la Reserva Nacional Pacaya Samiria, un área natural protegida del Perú– se acentúa con materiales naturales que crean un oasis armonioso en medio de la ciudad. Sus 214 habitaciones están libres de plástico de un solo uso y han sido cuidadosamente diseñadas para evocar sentimientos de tranquilidad. SOUMA Hotel Lima, operado por Iberostar Hotels & Resorts, ya acepta reservas para estancias a partir de marzo del 2025.

Casaideas llegó al Sur Chico, con su tienda número 25

Casaideas inauguró su tienda número 25 en el KM42 de la Panamericana Sur, consolidando su presencia en el mercado peruano con tiendas ubicadas en Lima, Trujillo, Chiclayo, Piura, Arequipa, Cusco, Ica, Huancayo y Asia. Casaideas, tienda especializada en la venta de artículos para el hogar, con diseño propio y a precios accesibles, abrió el pasado 23 de enero las puertas de su nueva tienda en el Boulevard Punta Mar, ubicada en el KM 42 de la Panamericana Sur, reafirmando su compromiso de estar cerca de sus clientes, ofreciendo productos que transformen cada espacio en un lugar especial. Esta tienda marca un antes y un después con la implementación del nuevo formato 4.0, diseñado para elevar la experiencia de compra. Este concepto innovador combina colores, materiales y elementos gráficos que mejoran la comunicación con los clientes.



MÁXIMA PROTECCIÓN CONTRA EL CALOR Y LOS GOLPES



POLARIZADOS
LÁMINAS DE SEGURIDAD
PARABRISAS
AIRE ACONDICIONADO
ACCESORIOS

¡Feliz día a todas las madres del Perú!

SORTEO DE MAYO

POLARIZADO 70%

Lateral y posterior + lámina de seguridad
de 8 micras



¿Cómo participar?

- Seguir la cuenta de Instagram de Revista Cocktail (@revistacocktailpe)
- Sigue la cuenta de Instagram de @promaxfilmperu
- Dale like a esta publicación y etiqueta a 3 amigos en los comentarios. (Cada etiqueta adicional es una oportunidad más de ganar).
- Comparte esta publicación en tus historias y etiquétanos (@revistacocktailpe y @promaxfilmperu)

Sorteo : 30 de mayo 2024

Instalador autorizado en todo el Perú, de las mejores marcas

3M | Automotive Window Film



946 090 844 - 933 144 926

Calle Los Negocios 345, Surquillo

www.promaxfilmperu.com





Aranwa Paracas presenta la modernización de sus espacios

Con una propuesta que rinde homenaje al misticismo del desierto y la riqueza cultural de Paracas, Aranwa Hotels Resorts & Spas anuncia con orgullo la inauguración de los modernizados ambientes de su emblemático hotel Aranwa Paracas. Este proyecto de modernización, que integra diseño, comodidad y un enfoque familiar, marca un hito en la tendencia de bienestar y experiencia personalizada en la costa sur del Perú. Para tal fin se realizó la inversión de más de \$3.5 millones para esta modernización durante más de 5 meses de trabajo. En ese sentido, Gonzalo Calderón Borja, Gerente General de Aranwa Hotels Resorts & Spas, expresó: “Este proyecto es el reflejo de nuestro compromiso por elevar la experiencia de nuestros huéspedes, ofreciendo espacios que brinden bienestar y que capturan la esencia de Paracas, mientras que invitan al descanso y la conexión en familia”.



Camina con confianza y viste con fuerza

El verano está aquí, y ya sea que prefieras escaparte a la playa, recorrer nuevos caminos, o simplemente vivir tus días al aire libre en la ciudad, lo importante es estar preparado para cada experiencia que esta temporada tiene para ofrecer. En CAT, saben que el verano no es solo una estación, es una oportunidad para salir de la rutina y enfrentar nuevos desafíos. Por eso en esta temporada nos presentan: el calzado adecuado para cada terreno, prendas ligeras y funcionales; además de mochilas y accesorios prácticos y resistentes. Este verano, no importa dónde estés o qué tan lejos quieras llegar, CAT está listo para acompañarte en cada paso. Encuentra todo lo que necesitas en sus tiendas físicas o en su web y prepárate para vivir la temporada como nunca antes la has vivido.

TCL presenta el primer robot modular Ai Me

Diseñado con una base desmontable en forma de cápsula espacial, Ai Me es un producto conceptual que combina perfectamente la compañía con la vida inteligente. TCL Electronics, marca líder en electrónica de consumo



y la segunda marca de televisores más importante del mundo, presentó una diversa gama de tecnologías de pantallas en el CES 2025 y sus productos más innovadores. Esto incluye el primer robot modular Ai Me, televisores QD-Mini LED, monitores profesionales, pantallas para automóviles, teléfonos móviles, tabletas, relojes inteligentes, proyectores inteligentes y gafas RayNeo AR. Además, TCL presentó sus últimos avances en IA en nuevas categorías de productos y un completo ecosistema de hogar inteligente, lo que destaca su compromiso de proporcionar estilos de vida más inteligentes y saludables e inspirar grandeza a nivel mundial.



El pisco fue el producto estrella

Entre enero y noviembre del 2024, la exportación de bebidas alcohólicas superó los US\$ 14 millones 074 mil, siendo el pisco el más importante al sumar US\$ 7 millones 752 mil y representar el 55% del total, informó la Gerencia de Agroexportaciones de la Asociación de Exportadores (ADEX). De acuerdo al gremio, los mercados internacionales también solicitaron aguardientes (US\$ 3 millones 354 mil), ron (US\$ 1 millón 697 mil) y vino (US\$ 1 millón 270 mil), los cuales lograron participaciones de 24%, 12% y 9%, respectivamente. Cabe indicar que, según el Reporte de Tendencias de Bebidas Alcohólicas del Centro de Investigación de Economía y Negocios Globales CIEN-ADEX, las ventas mundiales de estas bebidas alcanzarían los US\$ 1.68 billones al cierre del 2024. Se espera que al 2028 el sector alcance ventas por US\$ 1.90 billones, con un crecimiento promedio anual de 3.1% al 2028.

¡Di adiós al estrés con la medicina regenerativa!

¿Te sientes agotada? ¿El estrés no te deja disfrutar del día a día?
Tenemos una solución innovadora para ti:

la medicina regenerativa

¿Qué
hace?

Nutre tu cuerpo directamente, restableciendo el equilibrio que necesitas para sentirte bien.



Va al grano: Más que aliviar síntomas, busca solucionar el verdadero origen del estrés. ¡Imagina dormir mejor y relajarte de verdad!



Te ofrecemos el servicio de **consulta médica gratuita** para conocer más. Y no te preocupes, nuestros médicos expertos te acompañarán en cada paso.

¡Transforma tu vida y siente la diferencia!



ÉRIKA VILLALOBOS, actriz de retos

ÉRIKA VILLALOBOS SE ENCUENTRA EN LA MADUREZ DE SU CARRERA COMO ACTRIZ, EN PLENO CLÍMAX DE SU PROCESO CREATIVO, ESE QUE NOS HA PERMITO VERLA EN DIVERSOS Y MUY INTERESANTES TRABAJOS ACTORALES EN LOS ÚLTIMOS AÑOS EN TELEVISIÓN Y ESPECIALMENTE EN TEATRO.

POR OMAR AMORÓS / FOTOS NASIM MUBARAK

Por estos meses de verano, la vemos nuevamente en las tablas esta vez rol de Kitty, una mujer que acaba de ser madre y cree que es feliz, pero que poco a poco irá descubriendo que ha ido perdiendo esa libertad de ser mujer que algún momento deseó tener. Conversamos con la actriz sobre como recibió este nuevo año con la obra “Actos Consentidos” de la escritora inglesa Nina Raine, dirigida por Adrián Galarcep en su vuelta al mundo teatral peruano.

La última vez que habíamos conversado con Érika fue un poco más de un año para una puesta igual de interesante porque en los últimos años ha venido desarrollando una serie de personajes fuertes, con grandes problemáticas, retadores, que cada vez la hacían pensar ¿Y ahora qué hago? Pues bueno, siempre contestaba con otro gran papel: “Todos vuelven”, “Madres, el musical”, “Los Monstruos”, “Vela de cumpleaños”, “La Madre” y ahora “Actos Consentidos”.

TU LIBERTAD TERMINA CUANDO EMPIEZA LA DEL OTRO

“Actos Consentidos” tiene un texto provocador, que deja al espectador con más preguntas que respuestas (tal vez ninguna). Temas como la verdad, la justicia, la libertad y la empatía circulan en toda la obra y en torno al consentimiento, pieza clave para reflexionar sobre esos puntos, pero siempre desde una perspectiva propia. Y así reflexionamos con Érika.

“Tu libertad termina cuando ya le empieza a fastidiar al otro, cuando uno siente eso es cuando se tiene que parar, pero eso depende de las propias personas. A mí como Érika me importa que la otra persona se sienta bien por lo tanto nunca voy a querer que esté incómoda... Creo que de eso trata todo, la vida. Mientras más personas seamos felices en este mundo sería genial”, nos señala la actriz con ese tono ronquito que la caracteriza.

Ahora bien, le contesto a Érika que eso es lo ideal, lo que siempre debería pasar. Pero como en la vida siempre pasan circunstancias que hacen que nos volvamos menos tolerantes, empáticos o justos y que esa felicidad es aparente momentánea “Es verdad, pero si se empieza con una sonrisa las cosas mejoran, y si también consideras que cualquier cosa que te pase sea buena o mala va a ayudarte a tu crecimiento será menos doloroso, y si además consideras que has venido a esta vida a aprender será menos doloroso aun. Esas cosas malas te tienen que pasar para que seas mejor”, puntualiza Érika.

PERSONAJES FUERTES COMO ÉRIKA

Y a Kitty (su personaje) le pasa de todo... “Se le cae el mundo. Todo su plan – y tiene sus razones para tenerlo que para ella son



"Tengo el interés que cada personaje me rete".



válidas= le sale mal. Kitty es uno más de una seguidilla de personajes fuertes que han hecho de Érika la sólida actriz que es hoy. “Lo que me pasó con Kitty es muy interesante porque generalmente yo no trabajo en esta época del año, pero justo mi hijo se fue a vivir al extranjero, mi hija se cansó de viajar el año pasado y mi novio vino al Perú, así que hablé con Adrián (Galarcep), no lo conocía, quería trabajar con él y acá estoy”.

“Cuando leí la obra, si bien había escenas muy fuertes, no pensé en la magnitud tan poderosa que iba a vivir Kitty (su personaje), no me había dado cuenta de eso hasta que empecé a ensayar. Y cómo ya te había dicho antes, he venido haciendo una serie de personajes tan fuertes que me pregunto ¿y ahora qué viene después?, ¿qué voy a hacer después?”.

“Ya no elijo cualquier papel solo por el hecho de estar en una obra. Tengo el interés que cada personaje me rete”. Porque además de exigirme hacer cosas diferentes también me da la oportunidad de hacerlo con directores diferentes –no quisiera

trabajar siempre con la misma persona ni con el mismo grupo de personas, me gusta variar también. Que me toquen historias distintas que me hagan hacer cosas diferentes, explorando diferentes personajes”

Y ESO PASA CON KITTY... Y CON LA OBRA... SON UN RETO

“Yo tengo la sensación que Kitty es como esas mujeres de ciertos estratos sociales que encuentran un buen partido, que tienen su pareja desde el colegio y que sus familias son amigas y que por eso se casan. Se casó porque se casó bien y se acostumbran a ese tipo de vida, pero que empiezan a molestarle algunas cosas y a tomar ciertas decisiones que al final se voltean y hacen que la pase muy mal”.

Conversando sobre los personajes, hago un comentario del personaje de su coprotagonista Óscar López Arias, y Érika defiende a Kitty porque al final son los dos quienes tienen un giro de tuerca en sus historias y si siguen o no juntos ya depende de la imaginación del espectador. Si bien es una obra cuyo tema central es el consentimiento y todos



“Para mí Actos Consentidos es una obra que trata de las diferentes opiniones y visiones que tenemos los seres humanos”.

sus matices (verdad, libertad, justicia y empatía) también lo es del perdón (¿si es que lo debe haber?), y sus matices (venganza, culpa, rencor, olvido).

CONSENTIMIENTOS

Entonces, Actos Consentidos va más allá del tema del abuso femenino y de algunas consecuencias como la doble victimización, la discriminación, el juicio injusto, el aborto o el suicidio, temas de los que claramente deben hablarse-, y también de cómo los demás en torno a una víctima de violación (sea de nuestro entorno o no) se deben comportar o no.

“Para mí Actos Consentidos es una obra que trata de las diferentes opiniones y visiones que tenemos los seres humanos. Todo es relativo. Yo no tengo la verdad absoluta, tú tampoco tienes la verdad absoluta...porque lo que dice el otro también es importante, lo que percibo el otro también es una verdad y si fuésemos conscientes de eso no estaríamos chocando unos con otros constantemente”.

DE AHORA EN ADELANTE

Érika por ahora está enfocada en la obra (la obra va hasta el 16 de marzo. Martes a Sábados 8:00 p.m. y domingos 7:00 p.m. en el Teatro La Plaza). No tiene propuesta actual para televisión y sólo regresaría si le toca otro papel que la rete a ser mejor actriz; es por eso que a mediados de año volverá con la bella obra “Vela de cumpleaños” para seguir demostrándonos que realmente las cosas malas que nos puedan suceder a lo largo de nuestra vida pasan y nos hacen más fuertes. //

AGRADECIMIENTOS:

Locación: Teatro La Plaza

Vestuario: Producción de Actos Consentidos



TERRAZAS DE ENSUEÑO



MARIO

Contar con terraza es un verdadero lujo y todo aquel que disponga de una en su vivienda puede considerarse un verdadero afortunado. En este espacio al aire libre podremos disfrutar de grandes momentos; sin embargo, para poder hacerlo es importante que esta sea un lugar acogedor. A veces es difícil saber por dónde empezar y qué es lo realmente necesario para convertirla en un espacio de ensueño. Una terraza no debe ser enorme y tampoco debe tener una infinidad de detalles decorativos, basta con que sea funcional y se adecúe a tus necesidades. Así que primero debes pensar para qué la quieres y cómo la utilizarás. En este artículo les comparto algunas sugerencias para que puedan disfrutar de sus terrazas este verano y la aprovechen al máximo.

1. Optimiza el espacio: Al igual que ocurre con cualquier otro ambiente, el truco para decorar una terraza ya sea pequeña o grande es aprovechar cada centímetro que tenga. La clave es hacerla funcional gracias al uso de muebles sencillos y manteniendo la simetría tanto como sea posible.

2. Menos es más: Es mejor elegir elementos funcionales que usarás todos los días en tu terraza, por tanto, opta únicamente por los muebles que necesites. Si

tu terraza es pequeña, una buena alternativa son las sillas plegables, podrás hacer uso de ellas cuando desees y guardarlas en un rincón cuando no las requieras. Lo mejor es evitar todos aquellos elementos que ocupen un espacio extra.



3. Añade iluminación: Sin duda la iluminación es uno de los elementos que más triunfan a la hora de decorar terrazas y que en muchas ocasiones olvidamos o no le damos la importancia que merece. Lo ideal es crear un halo de misterio y magia en este rincón, evitando focos generales y de gran intensidad con los que se

pueda perder el encanto y la intimidad. Por ello, opta decorar tu terraza con velas y faroles. También son una magnífica alternativa las lámparas solares y guirnaldas.

4. Integra el interior con el exterior: Haz que tu interior no esté separado de tu exterior, esto te ayudará a crear una terraza mucho más grande de lo que realmente es. Para conseguir este efecto tan deseado, usa los mismos colores o el mismo tipo de decoración en ambos lados.

5. Agrega plantas: Además de su belleza, una de las ventajas de las plantas es que gracias a sus formas y crecimiento decoran de manera escultural el espacio. Ya sea de forma total o parcial, las plantas generan sombra y una mayor intimidad.
6. Protégete del sol: Instala sombrillas, toldos retráctiles o pérgolas para protegerte de la luz solar. Además, las plantas trepadoras pueden crear un techo natural que filtre la luz procedente del sol.

POR MARIO RAMOS
DISEÑADOR DE
INTERIORES

Somos el nuevo
"army" que protege,
cuida, y disfruta
de la Pachamama



MTB - TRAIL - OUTDOORS

En Abril equípate
con nuestra liquidación
total de temporada

www.incarmy.pe



MERCADO inmobiliario en alza

EL SEGUNDO SEMESTRE DEL 2024 FUE EL DE MAYOR CRECIMIENTO PARA EL MERCADO INMOBILIARIO DEBIDO A QUE LAS VENTAS DIGITALES REPRESENTARON EL 16% DE LAS VENTAS ANUALES DE INMUEBLES, SIENDO LOS JÓVENES DE ENTRE 25 Y 45 AÑOS DE EDAD LOS QUE MÁS APUESTAN POR LA INVERSIÓN EN SEGUNDA VIVIENDA.

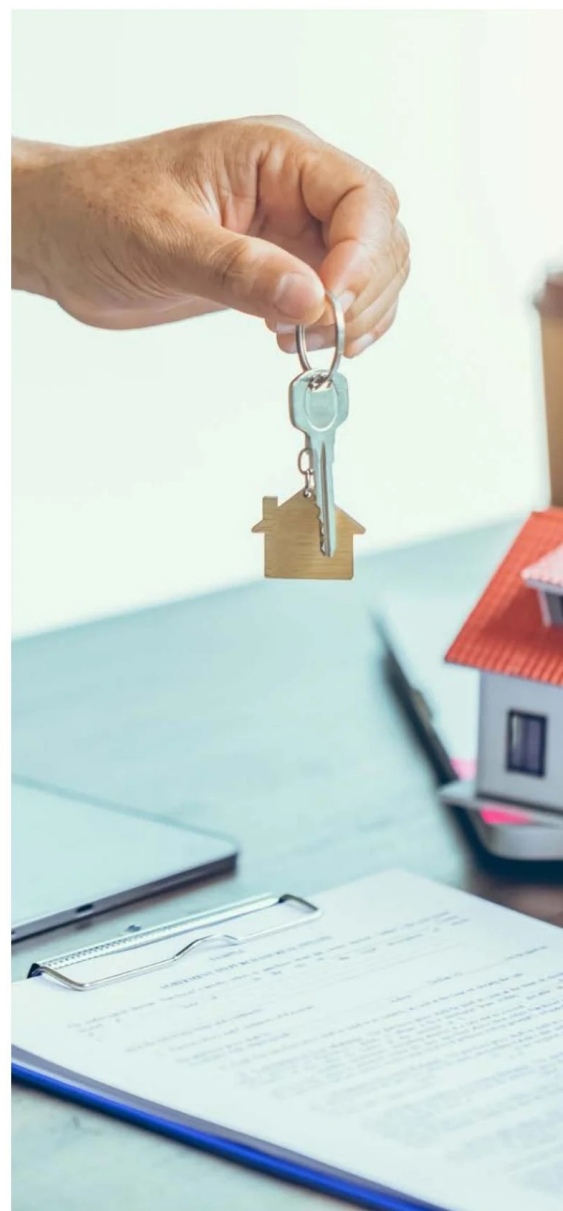
Urbania presentó “Zona de Debate”, un espacio diseñado para debatir y analizar las diversas opiniones y tendencias que afectan al mercado inmobiliario. En esta edición, el periodista Fernando Llanos dialogó con Cinthia Pasache, gerente comercial de Best Place to Live; Cristhian Solf, gerente comercial de Volterra; Walker Bonilla, gerente fundador de Sembra Inmobiliaria; y Humberto Marín, coach y asesor inmobiliario, sobre los vaivenes en el mercado inmobiliario durante el año 2024 y las expectativas para el año 2025.

Según los expertos, el mercado inmobiliario de Perú presentó su mayor recuperación a partir del segundo semestre del año; en la actualidad existe un mayor interés por la inversión en una segunda vivienda; y las ventas digitales han presentado un crecimiento significativo para las ventas anuales de las inmobiliarias.

UN SEGUNDO SEMESTRE CLAVE PARA LA REACTIVACIÓN DEL MERCADO

De acuerdo con lo expresamente dicho por Cinthia Pasache, el segundo semestre del año 2024 fue un periodo más atractivo para acceder a créditos hipotecarios, lo que impulsó la demanda de viviendas. Por su parte, Cristhian Solf, destacó que este último tramo del año ocasionó un impulso necesario para cumplir sus metas, especialmente en proyectos dirigidos a inversionistas en Miraflores.

Walker Bonilla, en tanto, calificó al 2024 como un año de recuperación luego de dos periodos económicos desafiantes. “Vemos un espacio importante para el crecimiento en la colocación hipotecaria en Perú. Si bien hemos avanzado, todavía estamos lejos de países referentes como Chile, que duplicó su ratio de colocación hipotecaria en los últimos años”, afirmó el fundador de Sembra Inmobiliaria.





“Zona de Debate”, fue un espacio diseñado para debatir y analizar opiniones y tendencias que afectan al mercado inmobiliario.

TENDENCIAS EN EL MERCADO: FUNCIONALIDAD Y DIGITALIZACIÓN

Entre las tendencias identificadas, la representante de Best Place to Live destacó un cambio en la valorización de las áreas comunes. “Debido al incremento del precio del metro cuadrado, las áreas compartidas han tomado mayor relevancia para complementar los espacios actuales de las viviendas. Entre las zonas funcionales más apreciadas hoy en día encontramos el coworking, espacios para niños y áreas para mascotas”, precisó.

Por otro lado, Humberto Marín, asesor inmobiliario independiente, subrayó la evolución en la experiencia de búsqueda de viviendas, con un notable crecimiento en las ventas digitales, que

ahora representan más del 16% del total de ventas anuales. “Las personas buscan información de forma remota, a través de herramientas digitales como video-llamadas, recorridos virtuales y modelos 3D”, indicó.

En cuanto a la inversión, el mercado de segundas viviendas, también mostró un alza significativa. Marín señaló que este segmento pasó de representar un 3% hace cinco años, a más del 8% actualmente, con un público joven que apuesta por la adquisición de propiedades para generar ingresos, principalmente de 1 a 2 habitaciones. Este público va desde los 25 hasta los 45 años de edad, mientras que antes la mayor demanda venía por personas de entre los 50 a 55 años. //



CONVERSE de fiesta

CONVERSE CELEBRA EL AÑO DE LA SERPIENTE CON UNA EDICIÓN LIMITADA QUE MEZCLA TRADICIONES FESTIVAS CON UN ESTILO MODERNO. EN COLABORACIÓN CON EL EMBAJADOR GLOBAL ROY WANG, ESTA COLECCIÓN EXCLUSIVA TOMA ELEMENTOS CULTURALES Y LOS REINVENTA CON UN TOQUE CONTEMPORÁNEO.

El Año Nuevo chino también denominado Fiesta de la Primavera es la festividad tradicional más importante del año en el calendario chino, celebrada también en otros países en el este y del suroeste de Asia. El año 2025 se celebra en la cultura china como el año 4723, el año de la Serpiente y empezó el 29 de enero pasado. La serpiente es el sexto animal en el zodiaco chino y se dice que trae buena suerte, riqueza y belleza femenina; también se asocia con la meditación y la búsqueda de soluciones en asuntos políticos, sociales, económicos y científicos.

Por tal motivo Converse multifamosa compañía estadounidense de ropa y calzado ha lanzado recientemente su edición limitada YOTS (Year of the Snake), en colaboración con el embajador global Roy Wang, quien aporta una visión fresca al equilibrio entre las tradiciones festivas y el estilo moderno, trayendo buena fortuna para el Año Nuevo.

COLORES Y SÍMBOLOS PARA DAR SUERTE

El Chuck 70, uno de los modelos más emblemáticos de Converse, recibe una renovación para la ocasión. Con detalles de cuero que imitan la piel de serpiente y un elegante acabado en jacquard mate, estas zapatillas son una mezcla perfecta de estilo y símbolos de buena suerte. Los detalles en rojo y dorado, junto con la cuerda de la suerte, agregan un toque festivo ideal para el Año Nuevo. El Chuck 70 en rojo, incorpora los cinco elementos tradicionales chinos en una paleta vibrante. Su capellada en patchwork y el uso del color rojo evocan la energía y la prosperidad del Año Nuevo.





El actual embajador global de Converse es el cantante chino Roy Wang,

La colección incluye otros diseños renovados, como las Run Star Trainer, que combinan costuras rojas de estilo vintage con exteriores texturados de serpiente, acentuados con gamuza agrietada y cómodas plantillas de espuma CX, ofreciendo un estilo relajado mientras se invita a la buena fortuna. Y las All Star Cruise, ligeras y modernas, debutan con un exterior de jacquard de dos tonos hecho de materiales mixtos, plantillas suaves ortholite, logotipos texturizados de serpiente y cadenas metálicas, añadiendo detalles refinados para elevar tu estilo en este Año Nuevo.

ROPA FESTIVA PARA TODO MOMENTO

Converse también ha presentado una colección de ropa festiva con elementos del Año Nuevo. La emblemática casaca de patchwork en tono caqui añade personalidad al guardarropa festivo, con siluetas audaces y motivos clásicos primaverales que aportan un giro moderno. Las casacas para mujeres combinan texturas cálidas con un diseño sofisticado, líneas vintage y un estilo chic ideal para celebraciones urbanas. La colección incluye también poleras, camisas y pantalones decorados con patrones de serpientes, logrando un equilibrio entre calidez y estilo, perfectos para paseos invernales y reuniones familiares durante la temporada festiva.

COLECCIONES ESPECIALES

Converse comenzó a lanzar colecciones especiales para el Año Nuevo Chino alrededor del año 2012. Estas colecciones se inspiraron en las tradiciones y símbolos culturales chinos, y desde entonces se han convertido en una tradición anual para la marca. Cada año, Converse presenta diseños únicos que combinan elementos tradicionales con un estilo moderno, celebrando la festividad y atrayendo a un público global. Por el momento al Perú solo ha llegado las zapatillas, la ropa solo está disponible en USA, México y China.

NUEVA TIENDA EN PERÚ

La reconocida marca norteamericana de ropa y calzado Converse inauguró hace poco su tienda número 14 en Perú, ubicada en el centro comercial Cenco La Molina. Este nuevo espacio consolida la expansión de la marca en el país, reafirmando su compromiso de acercarse cada vez más a sus consumidores. Con un área que supera los 100 metros cuadrados, la tienda ha sido diseñada para brindar una experiencia de compra única y alineada con los valores de la marca. //

ALIMENTACIÓN Emocional

ES IMPORTANTE IDENTIFICAR LOS DESENCADENANTES DE LA LLAMADA ALIMENTACIÓN EMOCIONAL Y APLICAR TÉCNICAS PARA PROMOVER HÁBITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES.

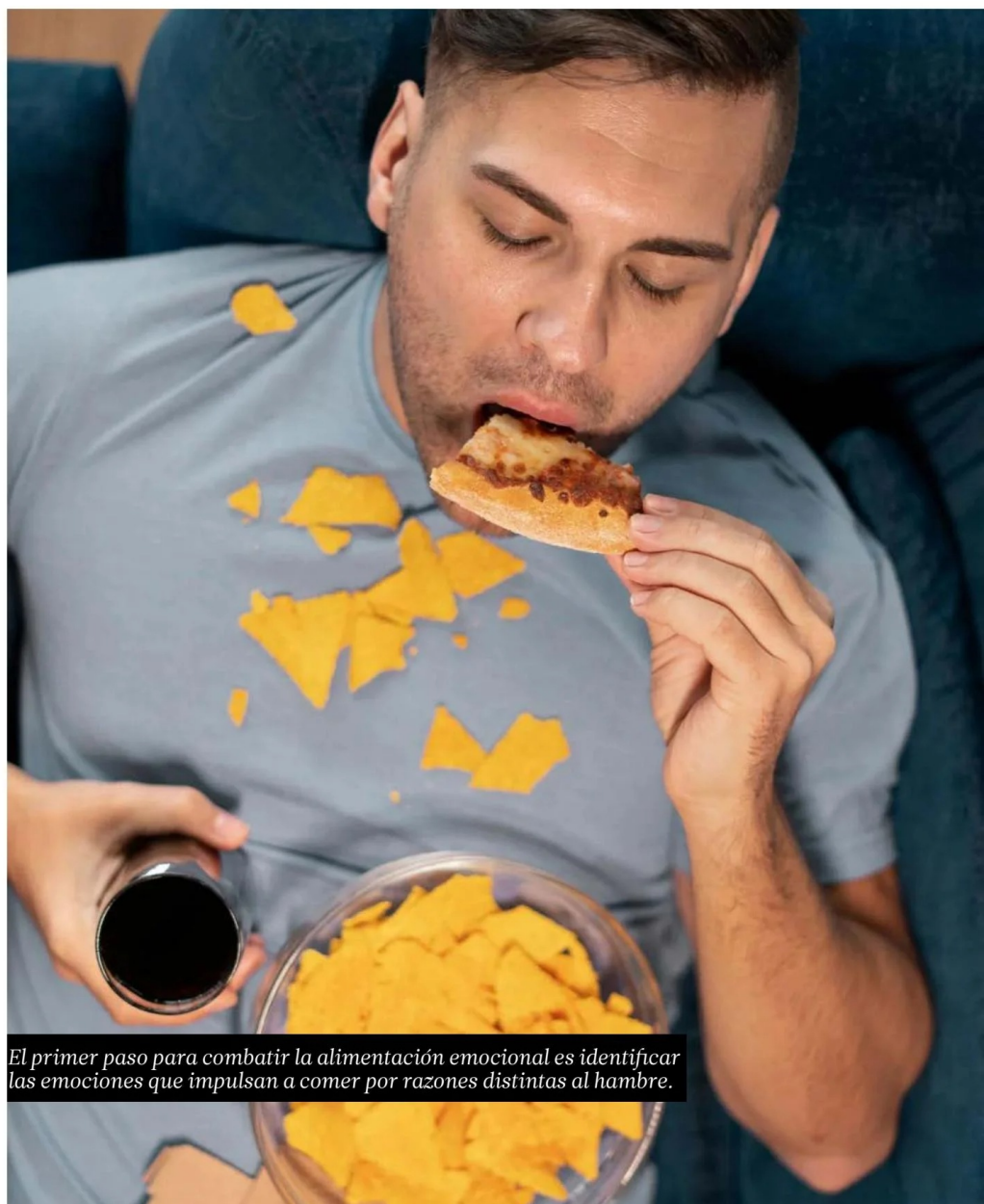
La alimentación emocional es un comportamiento común, pero poco saludable, que afecta tanto el bienestar físico como emocional. Identificar los desencadenantes de esta conducta y adoptar técnicas que promuevan hábitos alimenticios saludables es fundamental para prevenir sus efectos negativos.

Es frecuente que, en momentos de estrés, tristeza o enojo, muchas personas recurran a la comida en busca de consuelo. Este comportamiento, conocido como alimentación emocional, se presenta cuando comemos no por hambre, sino para aliviar emociones incómodas, lo que puede generar un impacto negativo en nuestra salud.

Existen estudios que muestran que alrededor del 75% de todo lo que se come, es motivado por las emociones. Un detalle importante porque esto quiere decir que los seres humanos estamos más acostumbrados a comer por apetito que por hambre y obviamente, de esto proviene que en occidente las cifras de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas sean preocupantes.

¿LA COMIDA SOLO COMO COMBUSTIBLE?

Entonces, ¿deberíamos eliminar la emoción de la comida y pensar que es sólo combustible para mantener nuestro cuerpo



El primer paso para combatir la alimentación emocional es identificar las emociones que impulsan a comer por razones distintas al hambre.

en marcha? Según Jennifer Rollin, fundadora del centro The Eating Disorder Center en Rockville, Maryland. “Sí, la comida es combustible... y proporciona energía a nuestro cerebro y a nuestro cuerpo, pero también es mucho más que eso”, afirma.

A veces, cuando las personas se centran demasiado en comer sólo los alimentos más ricos en nutrientes, se pierden muchos de los momentos en los que la comida es un placer, una forma de socialización y de conexión, explica Rollin. “Si nuestra visión es que la comida es solo combustible, entonces parece que salir a comer el postre con un amigo cuando no tengo hambre quizá no sea una ‘opción saludable’”, dijo. “Sin embargo, sabemos que, en realidad, las relaciones sociales son uno de los mayores predictores de la salud y la longevidad”.

Por su parte el Lic. Richard Paucar, psicólogo de la Clínica San Juan de Dios de Lima, nos comparte cuatro técnicas clave para evitar caer en la alimentación emocional y promover un estilo de vida más saludable:

RECONOCE LOS DESENCADENANTES

El primer paso para combatir la alimentación emocional es identificar las emociones, situaciones o pensamientos que impulsan a comer por razones distintas al hambre. Observar los hábitos alimenticios sin juzgar puede ayudarte a reconocer cuándo tus elecciones están influenciadas por el estado emocional. Es útil llevar un diario de alimentos, donde puedas registrar lo que comes, a qué hora y cómo te sientes en ese momento. Con el tiempo, esto te permitirá identificar patrones emocionales, como el estrés o la tristeza, que te llevan a buscar consuelo en la comida.

PRACTICA LA ATENCIÓN PLENA (MINDFULNESS)

El mindfulness o atención plena es una herramienta efectiva para transformar la relación con la comida. Se trata de estar plenamente presente al comer, observando tus pensamientos y sensaciones sin juzgarlos. La práctica de la “alimentación consciente” implica comer despacio,



disfrutando de cada bocado, prestando atención a la textura, el sabor y el aroma de los alimentos. Esta técnica no solo mejora la experiencia de la comida, sino que también te ayuda a identificar cuándo te sientes satisfecho de manera natural, evitando el exceso.

ESTABLECE UNA RUTINA ALIMENTARIA

Tener una rutina fija para las comidas te ayudará a mantener el control de lo que comes. Asegúrate de que tus comidas sean equilibradas y nutritivas. Al establecer un horario regular, se reducen los momentos de descontrol, lo que disminuye la probabilidad de recurrir a la comida como respuesta a emociones. Tener una estructura diaria también reduce el riesgo de optar por opciones poco saludables en momentos de estrés o ansiedad.

BUSCA ALTERNATIVAS SALUDABLES

En lugar de recurrir a la comida para lidiar con el estrés o la ansiedad, busca actividades que promuevan tu bienestar integral. El ejercicio regular, las caminatas al aire libre, el yoga o incluso la meditación son formas efectivas de canalizar la energía y mejorar tu estado de ánimo. Estas actividades no solo te ayudan a sentirte mejor emocionalmente, sino que también fortalecen tu salud física y mental a largo plazo.

Con estas estrategias, se podrá no solo evitar la alimentación emocional, sino también sanar la relación con la comida, nuestro cuerpo y peso. Este proceso nos ayudará a recuperar la autoestima, librarnos de la ansiedad y la culpa a la hora de comer, y despertar nuestra propia sabiduría alimenticia. //

¿CABELLO OPACO en verano?

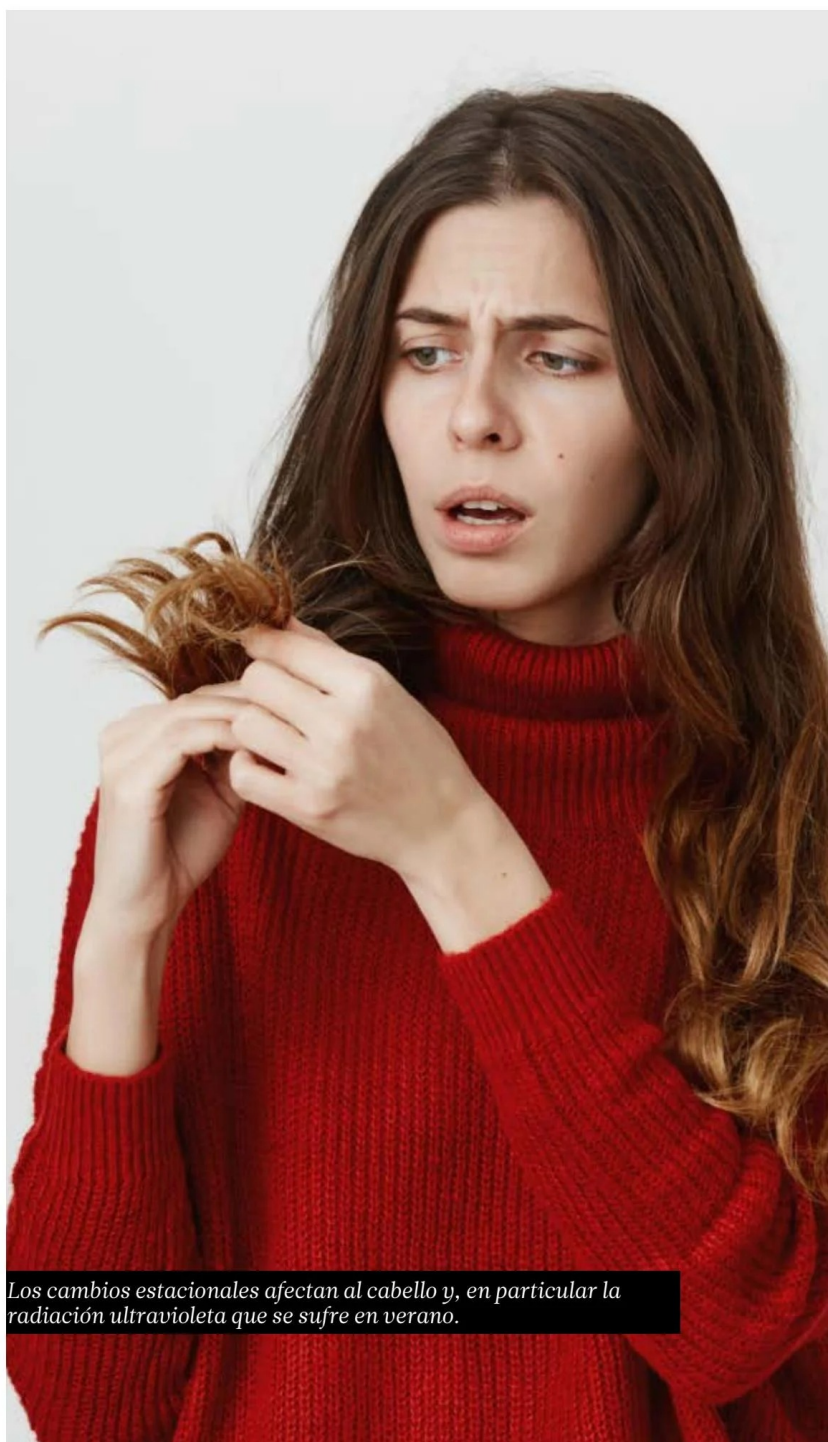
EL CABELLO, AL IGUAL QUE LA PIEL, ES SUSCEPTIBLE A LOS DAÑOS DEL SOL, ESPECÍFICAMENTE A LOS DAÑOS DE LOS RAYOS UV. POR ESO LOS ACEITES O SERUMS CAPILARES SE HAN CONVERTIDO EN ALIADOS IMPRESCINDIBLES EN EL CUIDADO DEL CABELLO.

El cabello es una parte fundamental de nuestra imagen, y mantenerlo radiante puede ser un reto, especialmente en verano. Los dañinos rayos ultravioleta del sol abrasador, además del cloro de la piscina y el agua salada del mar, pueden dejarnos el pelo con un aspecto opaco y quebradizo, sobre todo si está teñido o con mechas.

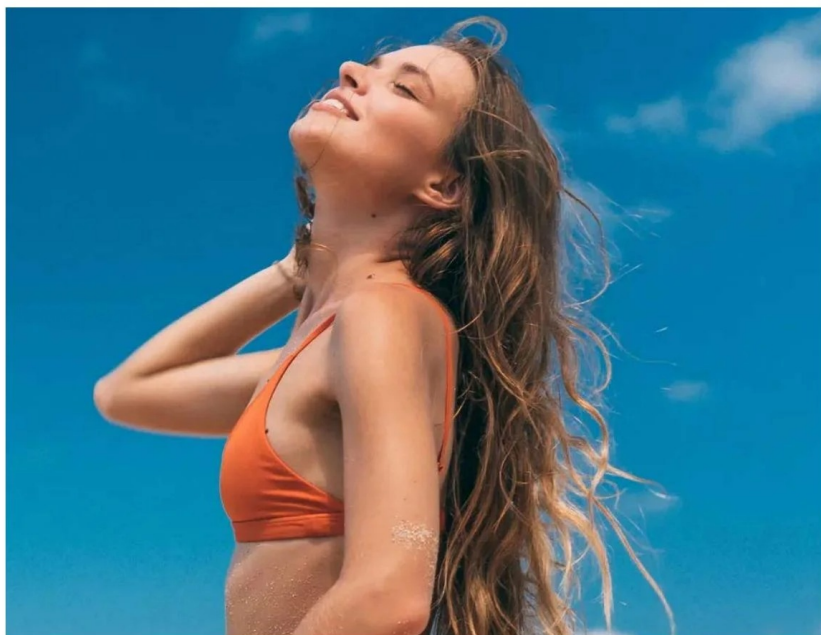
Según la Academia Americana de Dermatología (AAD), el cabello, al igual que la piel, es susceptible a los daños del sol, específicamente a los daños de los rayos UV. La exposición excesiva al sol es la causa más frecuente de deterioro estructural del tallo del cabello, como pérdida de proteínas y degradación del pigmento del cabello, especialmente en colores de cabellos más claros. El daño se produce sobre todo en la punta del tallo del cabello y en la capa exterior (la cutícula) lo que da lugar a la presencia de puntas abiertas.

¿CÓMO AFECTA EL VERANO A NUESTRO CABELLO?

Según estudios especializados los cambios estacionales afectan al cabello y, en particular, la radiación ultravioleta que se sufre en verano lo hace oxidando los aminoácidos, causando daños permanentes. Los rayos ultravioleta debilitan la capa protectora de lípidos en la superficie del cabello, haciéndolo más áspero y sin brillo y provocando sequedad, fragilidad, una textura superficial áspera y disminución del brillo. Se cree que este daño se debe a la oxidación de las proteínas y lípidos estructurales del cabello, inducida sobre todo por la luz ultravioleta.



Los cambios estacionales afectan al cabello y, en particular la radiación ultravioleta que se sufre en verano.



Otras investigaciones revelan que la exposición excesiva al sol es la causa más frecuente de deterioro estructural del tallo del cabello, como degradación y pérdida de proteínas y degradación del pigmento del cabello, sobre todo en colores más claros. Así, los rayos UVB serían los responsables de la pérdida de proteínas y los UVA de los cambios de color.

EL BRILLO DEL CABELLO SE RECUPERA

Para María Gracia Vásquez, Education Transformation Manager de Kérastase, comenta: “Un cabello sin brillo carece de densidad, movimiento y vitalidad. Su textura tiende a ser áspera y propensa al frizz”. Además, señala que la acumulación de residuos, la falta de protección solar y el uso frecuente de herramientas térmicas agravan el problema. Estos factores dañan la cutícula capilar, resultando en una textura áspera y sin luminosidad. La buena noticia es que recuperar el brillo del cabello es posible con una rutina de cuidado adecuada. “El cuero cabelludo es fundamental para la salud capilar. Si lo cuidamos bien, el cabello crecerá más fuerte y brillante”, afirma Vásquez. Para lograrlo, recomienda seguir estos pasos:

1. Limpieza e hidratación: Utiliza un shampoo y acondicionadores adecuados para eliminar impurezas y mantener la hidratación.

2. Nutrición profunda: Aplica mascarillas específicas según tu tipo de cabello al menos una vez por semana.

3. Protección y brillo: Incorpora aceites o serums capilares que sellan la cutícula, prevengan el quiebre y aporten luminosidad sin dejar sensación pesada.

ACEITES Y SERUMS: ALIADOS IMPRESCINDIBLES

Precisamente, los aceites o serums capilares se han convertido en aliados imprescindibles en el cuidado del cabello, ya que ayudan a sellar la cutícula, prevenir el quiebre y aportar un brillo excepcional sin dejar sensación pesada. Fórmulas avanzadas como Elixir Ultime de Kérastase ofrecen beneficios como hidratación intensa, protección térmica y control del frizz, garantizando un cabello más saludable y radiante. “La clave está en aplicarlo correctamente: solo en medios y puntas, evitando la raíz para que el cabello no se sienta pesado”, explica Vásquez. Además, estos productos ahora son recargables elaborados con un 95% de plástico reciclado. Lo que reduce su impacto ambiental y ofrece un ahorro a largo plazo. //



El Elixir Ultime de Kérastase ofrece beneficios como hidratación intensa y protección térmica.



¿TE PROPUSISTE SER FITNESS ESTE AÑO Y NO VES RESULTADOS? ES IMPORTANTE CELEBRAR LOS CAMBIOS FÍSICOS VISIBLES, PERO TAMBIÉN LA CONFIANZA, EL EMPODERAMIENTO Y LA DISCIPLINA QUE SURGEN CON CADA ENTRENAMIENTO.

Uno de los propósitos más comunes al comenzar el año es adoptar un estilo de vida más saludable, ya sea incorporando el ejercicio, mejorando la alimentación o iniciando la tan anhelada vida fit. Sin embargo, puede que después de varias semanas sientas que los resultados no llegan como esperabas. En lugar de frustrarte, este es el momento perfecto para identificar qué podrías ajustar o mejorar para alcanzar tus metas.

PEQUEÑOS CAMBIOS QUE MARCAN LA DIFERENCIA

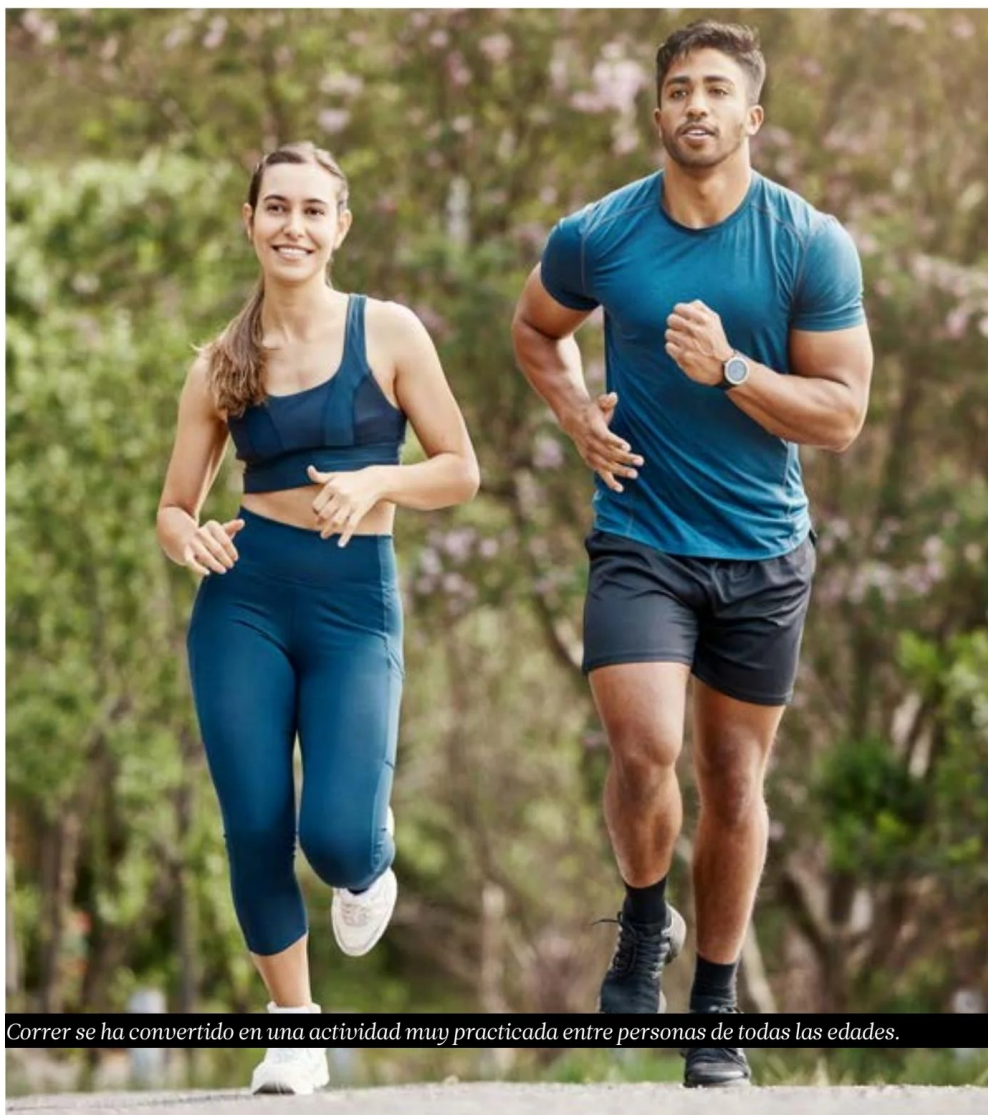
A veces, no se trata de grandes modificaciones, sino de ajustar detalles que pueden potenciar tus esfuerzos. Aquí algunos consejos prácticos que te ayudarán a mejorar en tu rutina de gimnasio.

Consulta a un experto: Una ejecución adecuada no solo mejora los resultados, sino que también reduce el riesgo de lesiones. No dudes en pedir ayuda a un entrenador o a compañeros más experimentados para perfeccionar tu técnica.

Incluye entrenamientos de fuerza: Realizar dos o tres ejercicios clave, como sentadillas, peso muerto o press de banca, con la técnica adecuada, es más efectivo que intentar varias rutinas sin enfoque. Además, ayuda a prevenir la pérdida de masa muscular (sarcopenia), mejorar la densidad ósea y combatir la flacidez. Fortalece las



Una ejecución adecuada no solo mejora los resultados, sino que también reduce el riesgo de lesiones.



Correr se ha convertido en una actividad muy practicada entre personas de todas las edades.



MEJORAS... de rutina

articulaciones y contribuyen a la independencia física a medida que se envejece.

Equilibra tu alimentación: El ejercicio por sí solo no garantiza resultados óptimos. La alimentación juega un papel clave en el progreso. Según la International Society of Sports Nutrition (ISSN), consumir entre 1.6 y 2.2 gramos de proteína por kilogramo de peso corporal al día es ideal para promover el desarrollo muscular y la recuperación. Además, se recomienda incluir una variedad de vegetales en la dieta diaria para aportar fibra y micronutrientes esenciales.

Dale variedad a tu rutina: Aunque tu objetivo sea fortalecer piernas, glúteos o abdomen, es fundamental equilibrar los ejercicios. Alterna las zonas del cuerpo que entrenas cada día y ajusta la intensidad con ayuda de un entrenador

para avanzar progresivamente.

Monitorea tu progreso: Realiza mediciones, pésate o lleva un registro fotográfico para observar tu evolución. Ver los cambios, por pequeños que sean, será una gran motivación para seguir adelante.

ALTERNATIVAS COMPLEMENTARIAS

En este camino hacia una vida más saludable, la disciplina y la motivación son los motores principales. Por eso que puedes complementar tu vida en el gimnasio con otras disciplinas deportivas muy practicadas en verano.

El baile fitness: Se presenta como una alternativa divertida y eficaz para quienes desean mantenerse activos y en forma. A diferencia de otros entrenamientos, esta disciplina combina música y ejerci-

cios de alta intensidad, permitiendo a sus practicantes quemar calorías de manera dinámica y gozar de múltiples beneficios para la salud, como la pérdida de peso, la mejora de la resistencia cardiovascular y el fortalecimiento de los músculos.

Running: Correr se ha convertido en una actividad muy practicada entre personas de todas las edades. Los beneficios del running son innegables, como la mejora de la salud cardiovascular, el fortalecimiento de músculos y huesos, el control del peso, entre otros. Según un estudio de Impronta Research, el 38% de los peruanos practican salir a correr, posicionándose entre las tres primeras alternativas deportivas favoritas en el país. Sin embargo, para disfrutar plenamente de este deporte, es esencial perfeccionar la técnica y evitar las temidas lesiones que pueden interrumpir nuestro progreso. //



GARECA Y FOSSATI ERAN POLOS OPUESTOS

El uruguayo estaba más cerca de la idea de Reynoso. Por ser su ex asistente, Solano debería tener más claro el concepto del argentino.

En diciembre del 2023, cuando se anunció al técnico Jorge Fossati como entrenador de la selección fue claro al decir que estaba más cerca de la idea de Juan Reynoso, probablemente el aficionado esperaba que sea de Ricardo Gareca. El peruano priorizaba la defensa, mientras que el argentino la elaboración, asociación desde el mediocampo, para generar un ataque.

Ninguna idea es buena o mala en el fútbol, depende mucho de los intérpretes. Muchos técnicos fueron campeones priorizando la defensa. Juan Reynoso es un técnico moderno y estudioso. Sin esos valores, jamás hubiese campeonado en Perú y México. Pero con la selección tuvo un gran problema. El escaso nivel de sus atacantes. Si un técnico prioriza la defensa y encima sus delanteros no rematan al arco, no tiene desequilibrio individual, por ende casi no generará ocasiones de gol. Exactamente lo que le pasó a Reynoso.

Aunque estuve en desacuerdo que su sistema sea la causa principal de la mala campaña, el balance nos dice que efectivamente, su dibujo táctico 5-3-2 fue un gran porcentaje. Incluso en el único partido que venció Perú (1-0 a Uruguay) cometió una serie de errores con el lateral volante izquierdo.



En aquel partido comenzó Callens como lateral volante. El jugador del AEK de Grecia estuvo perdido. Fossati esperó 72 minutos para "darse cuenta" y poner a Sonne en esa posición, pero el danés duró 10 minutos, porque Archimbaud lo reemplazó para jugar en la misma ubicación. Es decir, tres jugadores sin ningún beneficio táctico.

Fossati en Universitario priorizaba el equilibrio. Jugaba con laterales volantes. Uno en realidad atacante (Polo) y el otro marcador (Cabanillas).

Como los cremas en la liga peruana debe tener siempre la iniciativa, sus dos laterales volantes eran protagonista. En la eliminatoria sudamericana eso era imposible y era fácil de prever.

Cuando Universitario estaba adelante en el marcador o incluso empatando en situación de visitante, Fossati realizaba cambios defensivos restando muchos minutos por delante, los cuales le costó marcadores adversos en minutos finales, como ante Corinthians (derrota a los 92') y Alianza Lima (empate 94'). Y en ambos tenía controlado el partido hasta el momento de las modificaciones.

La federación piensa en Nolberto Solano como técnico interino. La explicación es que "Ñol" fue asistente de Ricardo Gareca y en teoría debería ser lo más parecido al argentino, para priorizar la misma idea que por lo menos nos llevaba a competir. ¡Pero ojo!, Nolberto no comulgaba con muchas de las ideas de Gareca. Solano tiene su propio estilo en el fútbol.

IVLEV

POR IVLEV MOSCOSO
COMENTARISTA DE
RPP Y CATEDRÁTICO.
EDITOR DE DEPORTES
EN VARIOS DIARIOS.
COMENTARISTA
EN PROGRAMAS
NACIONALES E
INTERNACIONALES.
DIRECTOR DEPORTIVO
DE CPN RADIO Y
EDITOR DE LA REVISTA
DON BALÓN PERÚ.

PROYECTO GANADOR DE ESTÍMULOS
ECONÓMICOS PARA LA CULTURA 2018



PERÚ

Ministerio de Cultura



20 de febrero
solo en cines

Karuara

la gente del río

V&R
Films

28 FCL

MEJOR PELÍCULA
COMPETENCIA PERUANA
28 FESTIVAL DE CINE
DE LIMA PUCP
2024

PREMIO DEL PÚBLICO
MEJOR PELÍCULA
28 FESTIVAL DE CINE
DE LIMA PUCP
2024



3º FESTIVAL DE
CINE AMAZÓNICO
MEJOR
LARGOMETRAJE
AMAZÓNICO

OFFICIAL SELECTION
hotdocs
2024 OUTSPOKEN. OUTSTANDING.

IFF55IT
International Film Festival of India
OFFICIAL SELECTION
2021

MIDBO
SELECCIÓN OFICIAL

2024 OFFICIAL
SELECTION
BANFFI
FILM FESTIVAL

Una producción de **Quisca** en coproducción con **Radio Ucamara** y **Huaynakana Kamatahuara kana**

www.karuara.com

¿HASTA DÓNDE PUEDE LLEGAR UN PADRE PARA ENCUBRIR A UN HIJO QUE HA COMETIDO UN CRIMEN? ¿DEBE PREVALECER EL INSTINTO DE PROTECCIÓN PATERNA O LA LEALTAD A SUS PRINCIPIOS MORALES?

Paul Loman y su esposa Claire, han quedado para cenar con otra pareja en uno de esos restaurantes de moda en los que reservas mesa con meses de antelación y sólo cruzas su umbral si tienes los contactos adecuados. En este caso, no parece haber tal problema, ya que con quien van a reunirse es con Serge Loman, hermano de Paul y futuro primer ministro del país y su esposa Babette. A medida que avanza el ritual de la cena y mientras las dos parejas saborean el aperitivo, la tensión aumenta peligrosamente a la espera del «plato principal», que no es otro que el oscuro secreto que une a los dos matrimonios.

Esa es la premisa de “LA CENA”, ácida y provocadora obra de teatro basada en la novela del autor neerlandés Herman Koch, HET DINER; que tras cosechar un éxito inmediato y arrollador en Holanda -copó las listas de bestsellers, y ha vendido más de 340.000 ejemplares-, ganó el Premio del Público y fue declarado Libro del Año 2009. Desde entonces, se ha adaptado exitosamente al teatro en diferentes países y hasta en dos ocasiones al cine.

VERSIÓN A LA PERUANA

La Cena, versión libre de la dramaturga y directora del montaje, María Dalidou se presentará hasta el domingo 02 de marzo en el Teatro Ricardo Blume (Jr. Huira-cocha 2160, Jesús María) y el elenco está conformado por Sergio Paris (Argentina), Daniela Rodríguez León, Deysi Forcades





INSTINTOS Y encubrimientos

(Cuba), Roberto Ruiz, y José Arévalo.

Maria Dalidou es escritora, directora de teatro y cine, y gestora cultural especializada en cooperación cultural internacional. Licenciada en Periodismo y Comunicación posee una amplia formación multidisciplinar en el campo de la gestión cultural, en especial en los ámbitos de las políticas culturales y la cooperación internacional. Durante dos décadas ha sido responsable de proyectos de cooperación en el ámbito europeo, americano y africano, tanto para entidades sin ánimo de lucro como para instituciones públicas.

En este sentido, ha coordinado la producción internacional en el marco de relevantes festivales de música, teatro y cine, promoviendo el intercambio y movilidad artística entre países y participando en

eventos culturales innovadores. También es docente en materias de gestión y cooperación cultural, escritura dramática y teatro. Como escritora y dramaturga, ha publicado varias novelas y obras de teatro. En este contexto, las últimas décadas, ha dirigido diversas puestas en escena de sus obras y ha participado en guiones para proyectos en cine y televisión.

MARIDAJE DE POSTURAS

La Cena es una experiencia para los sentidos, es como un maridaje a diversos tiempos (de menos a más) y si bien se ven platos en la puesta y se habla de ellos gracias al personaje de José Arévalo, que compone un mozo (como los que hay en algunos restaurantes), el protagonismo de la obra se la roba los 4 puntos de vista de cada uno de los invitados a esta cena que nos revuelve no el estómago, sino la conciencia.

Las dos matrimonios, familia todos (los caballeros son los hermanos de sangre), forman un juego de parejas, de roles inversos, en donde el que pensábamos era el más humano, no lo es tanto, la más frívola es la fuerte, la que se considera más madre es la más insensible y el que aparenta ser el más cruel es el más moralmente correcto. Deysi Forcades y Roberto Ruiz complementan muy bien a una Daniela Rodríguez León que sorprende y a un Sergio Paris que denota solidez y credibilidad.

Así que La Cena se convierte en la sorpresa de la temporada de verano en donde la cuota de moralidad es cada vez más escasa o cucufuta. Las funciones van los viernes y sábados a las 8:00 pm, y domingos a las 7:00 pm. ¡Usted elija y sírvase y provecho! //



CENIZAS Culturales

*CARLOS ATOCHE (LIMA, 1984)
REALIZÓ SUS ESTUDIOS EN LA
ACADEMIA DE BELLAS ARTES DE
ROMA (2003-2008) Y RESIDE EN
ITALIA HACE MÁS DE 20 AÑOS.*

“

Cenizas Culturales” la más reciente exposición de Carlos Atoche se puede visitar en la galería Martín Yépez (Av. Nicolás de Piérola 938, Plaza San Martín, Centro de Lima) durante todo el mes de febrero.

En esta muestra se reúne 90 obras de su producción, con una serie de pinturas en blanco y negro con figuras expresionistas que se funden con fondos abstractos. También se presenta la serie de Monocromos con composiciones surrealistas, la serie de grabados Soñadores de Noche y Retratos Renacentistas, así como una selección de ilustraciones realizadas para libros de la editorial El Gato Descalzo (Lima). Además, el artista presentará una serie reciente de esculturas realizadas en hierro y papel maché.

ICONOGRAFÍA DEL ANTIGUO PERÚ

La sala principal de la exposición alberga “Cenizas Cul-



“Cenizas Culturales” es el redescubrimiento de una cultura a partir de sus vestigios.



turales”, una serie inspirada en la iconografía del antiguo Perú. Atoche, quien es conocido en Roma (ciudad donde reside desde 2003) por sus murales de acuarios y fondos marinos habitados por peces tropicales y vestigios del pasado, explica que ahora siente la necesidad de reencontrarse con sus raíces y desde 2018 ha vertido su experimentación artística en el estudio de la iconografía ancestral, reinventando y combinando imágenes de huacos, máscaras, cabezas clava, animales y guerreros con colores fluorescentes y fuertes pinceladas expresionistas, que nos muestran un lado más maduro de su producción pictórica.

“Cenizas Culturales” es el redescubrimiento de una cultura a partir de sus vestigios: una cultura tan profunda como desarticulada, que hoy resurge de sus cenizas para mostrar su grandeza: maravillas de sociedades que practicaron sapientemente la astronomía, el arte, la arquitectura y la ingeniería y de las que todavía tenemos mucho que descubrir y aprender, para convertirlas en fuente constante de inspiración para la actual y las futuras generaciones” explica el artista.

UN POCO DE PERÚ DECORA LA COLECCIÓN DEL VATICANO

Esto es gracias a dos obras inéditas de Carlos Atoche que recibió el papa Francisco en diciembre pasado. Estas obras no se limitan a ser piezas visualmente impactantes: son mensajes profundos cargados de simbolismo. El primer cuadro, “La casa común”, está inspirado en la encíclica *Laudato Si'*, donde el Papa aparece rodeado de una naturaleza exuberante, montañas llenas de verde evocan renacimiento y armonía, una invitación a proteger la naturaleza.

En tanto, “Contemplación”, la segunda obra, presenta al pontífice de espaldas en la cima de un sendero de piedra que culmina ante un paisaje majestuoso. “El camino es una metáfora de la santidad y también del recorrido del artista, con todas sus dificultades”, explicó Atoche. Ambas piezas están impregnadas de peruanidad de manera sutil: figuras que evocan a Machu Picchu y ecos de la cultura precolombina se mezclan con paisajes monumentales.

LA FILOSOFÍA DEL ARTISTA-MOCHILERO

Carlos Atoche es un pintor, grabador y street artist nacido en Lima en 1984. Desde el 2003 vive y trabaja en Roma, ciudad a la que ha donado, a lo largo de los últimos años, numerosas obras esparcidas por las calles de los suburbios romanos o en el interior de centros sociales y fábricas abandonadas. Llevando adelante la filosofía del artista-mochilero.

Atoche se formó en la Academia de Bellas Artes de Roma como pintor de caballete, donde aprendió además la técnica de la linoleografía. El estudio de la civilización clásica constituye los fundamentos de su obra: en ella dialogan elementos del arte clásico, reminiscencias de las antiguas culturas sudamericanas, las formas suaves y redondeadas de los grandes maestros del arte italiano y las influencias del arte contemporáneo. //

AUNQUE EL COLOR BLANCO SIGUE SIENDO EL PREFERIDO, SU POPULARIDAD HA DISMINUIDO CONSIDERABLEMENTE. A SU VEZ, OTROS COLORES ESTÁN GANANDO RELEVANCIA ENTRE LAS PREFERENCIAS DE LOS CONSUMIDORES.

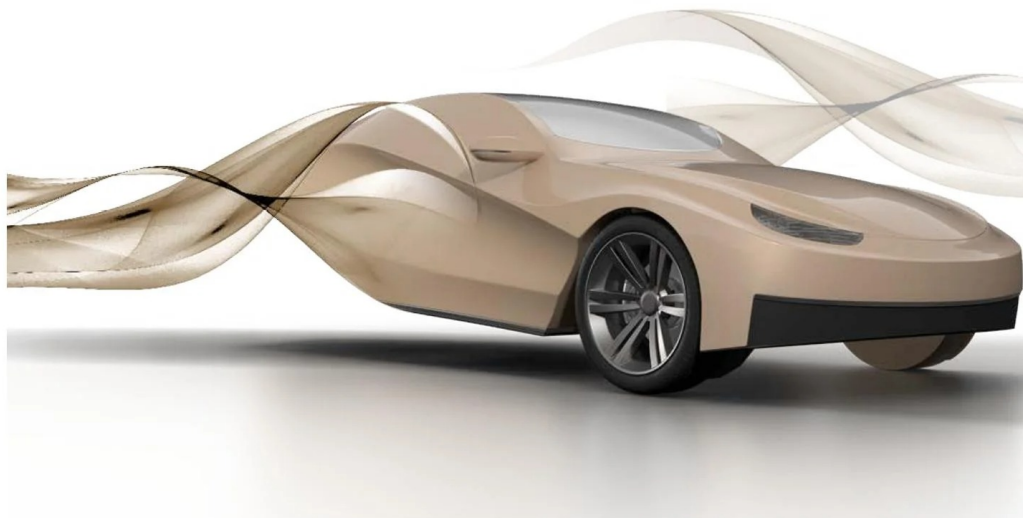
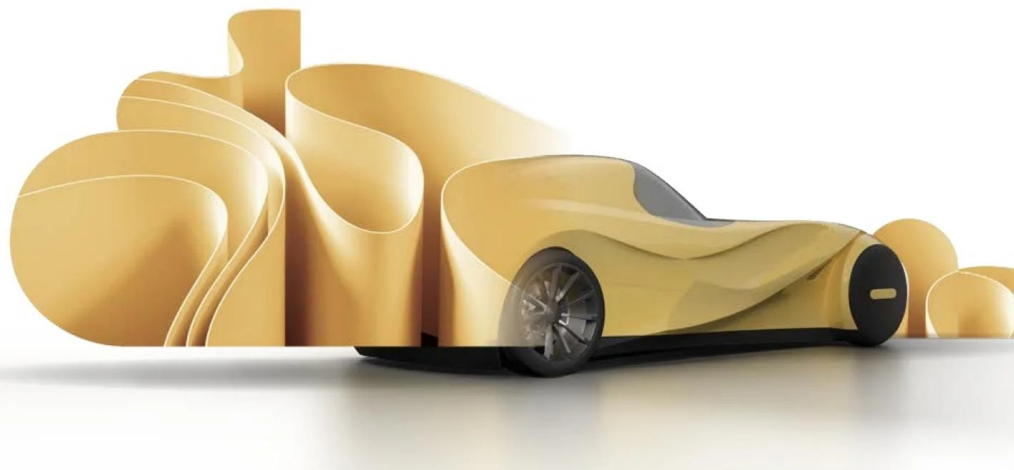


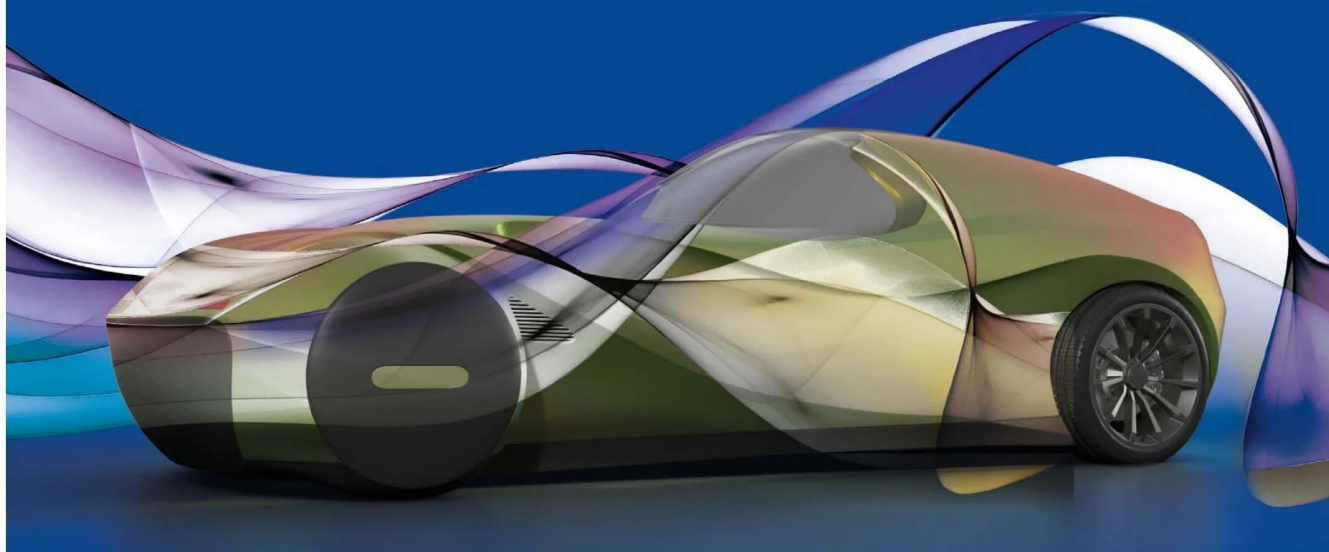
En 2024, el panorama mundial del color automotriz está evolucionando a medida que los consumidores se alejan de los favoritos tradicionales como el blanco y el plateado. Este cambio está abriendo el camino para una mayor popularidad de los tonos vibrantes, los neutros cálidos y una paleta más diversa en toda la industria, como afirma BASF Coatings en el último Informe de color para recubrimientos OEM de automóviles.

EL AMARILLO Y EL BEIGE CADA VEZ MÁS ATRACTIVOS

En concreto, aunque el blanco sigue siendo la principal opción entre los consumidores, los tonos cálidos como el amarillo y el beige son cada vez más atractivos, y el verde ha aumentado su popularidad en todas las regiones. Los colores acromáticos, como el negro y el gris, también están ganando adeptos.

Los colores acromáticos en Europa, Oriente Medio y África han aumentado constantemente del 72% en 2021 a casi el 80% en 2024, lo que subraya el atractivo de los tonos neutros. El blanco sigue siendo el color más favorecido, seguido de cerca por el gris. En particular, el beige está ganando popularidad, casi duplicando su cuota de mercado. “El beige y los colores neutros evocan una sensación de calma y sofisticación, reflejando el deseo





COLORES automotrices

de estabilidad en un mundo acelerado”, dijo Mark Gutjahr, director global de Diseño de Color Automotriz de BASF. “Permiten a los consumidores expresar su individualidad al tiempo que garantizan una elegancia atemporal en el diseño automotriz”, explica.

Con su amplia gama de tonos, desde metálicos fríos hasta tonos cálidos y terrosos, el gris aporta una profundidad y sofisticación capaces de sorprender con su vibrante elegancia. La distribución del color de este año revela un cambio hacia los tonos grises con casi el 20% de la cuota de mercado total.

EL COLOR NEGRO HA BAJADO EN LAS PREFERENCIAS

El color negro ha disminuido en 2 puntos porcentuales en comparación con 2023, mientras que los automóviles blancos han experimentado un descenso aún más significativo de 5 puntos porcentuales.

“El gris está redefiniendo el estilo automotriz, ganando popularidad por su versátil sofisticación a medida que las preferencias se alejan del blanco y el negro tradicionales”, dijo Victoria Fislage, Gerente Senior de Diseño de BASF Coatings.

Los colores acromáticos siguen siendo la principal opción para el 83% de los consumidores, y el negro gana 2 puntos porcentuales en popularidad, lo que refuerza su relación con la elegancia. Por el contrario, el blanco ha experimentado un descenso de más de 2 puntos.

Mientras tanto, los colores cromáticos, particularmente el amarillo, están en aumento, con tonos más suaves como el pastel y el amarillo crudo a la cabeza. Estos tonos resuenan con los temas de armonía y sostenibilidad entre la IA y los humanos, especialmente en el diseño de vehículos eléctricos. El amarillo Greige, mezclado con la naturaleza, es el preferido para los modelos salvajes y funcionales como características

sostenibles. Estos reflejan un cambio hacia paletas de colores armoniosas y optimistas.

ACERCA DE LA DIVISIÓN DE RECUBRIMIENTOS DE BASF

Para llegar a estos resultados, el Informe de color para recubrimientos OEM automotrices de BASF Coatings analizó las preferencias tanto a nivel global como regional. La distribución del color a la que se hace referencia en el informe fue calculada por BASF Coatings sobre la base de la información disponible sobre la producción mundial de automóviles y la aplicación de pintura a los automóviles de pasajeros.

La división de Recubrimientos de BASF es un experto global en el desarrollo, producción y comercialización de recubrimientos innovadores y sostenibles para OEM y repintado de automóviles, pinturas decorativas, así como tratamientos superficiales aplicados para sustratos de metal, plástico y vidrio en una amplia gama de industrias. //

BLOCKCHAIN EN LA INDUSTRIA AUTOMOTRIZ



JUAN

Los vertiginosos cambios por los que atraviesa el mundo incluyen la implementación y desarrollo del Blockchain en la industria automotriz que como cadena de bloques descentralizados e inmutables garantiza que se puedan realizar transacciones seguras con todo el mundo sin la intervención de intermediarios, asegurando que los datos registrados no puedan ser adulterados, fraguados, manipulados, modificados y/o eliminados.

Esta condición de inmutabilidad resulta trascendental y especialmente importante para facilitar la trazabilidad o seguimiento, origen e historia de cada componente hasta el proceso final de entrega del producto con incontables transacciones que se realizan a diario por todos los proveedores y fabricantes de piezas que forman parte de la cadena de suministros para construir vehículos. Al automatizarse los procesos vía contratos inteligentes e intercambiarse la información en tiempo real, la tecnología Blockchain permite compartir datos respecto a demanda, nivel de inventarios, gestión de documentos, plazos de entrega, retirada de productos, verificación de piezas y constatación de autenticidad, eliminando irregularidades y permitiendo tomar decisiones rápidas para realizar los ajustes necesarios.

El Blockchain facilita la comunicación y coordinación entre toda la red de proveeduría, fabricantes y distribuidores alrededor del mundo proporcionando seguridad en los pagos que al dejar de lado la intermediación, los procesos productivos entregan mayor competitividad reflejada en incrementos de rentabilidad ocasionando que las automotrices continúen invirtiendo en investigación, desarrollo e innovación.



A través de métodos matemáticos denominados algoritmos de Hash los datos se convierten en cadenas de caracteres de longitud fija que son utilizados para preservar su integridad, acreditación de contraseñas y firmas digitales. Son varios los fabricantes que habiendo integrado Blockchain e inteligencia artificial en sus procesos productivos recopilando hábitos de

conducción trasladan sus bondades hacia la fabricación de vehículos autónomos y eléctricos entregando extremo nivel protector y total confiabilidad.

Sin embargo, pese a todos los beneficios que ofrece poner en marcha esta técnica, los desafíos que enfrenta la industria del automóvil son muy grandes dado lo complejo que resulta rastrear innumerable cantidad de autopartes a través de toda la cadena global de suministros tornándose muy complicado saber a ciencia cierta la calidad de cada componente.

Similar situación ocurrirá cuando se trate de escalar o ampliar la tecnología Blockchain para el manejo de crecientes volúmenes de transacciones sin que se afecte la eficiencia. Lo costoso y difícil que resultaría añadirla en sistemas productivos heredados porque podría no entenderse. Las regulaciones juegan también un rol preponderante, pero lo cierto es que el Blockchain ha venido para quedarse debido a que surgió en los 80, creció en 1991, marcó un hito en el 2008, se investigó más en el 2015 y a partir del 2020 se está intensificando en la industria automotriz.

POR JUAN TÁVARA
BALLADARES
ECONOMISTA,
ADMINISTRADOR,
MARKETERO,
ESPECIALISTA
AUTOMOTRIZ, CEO Y
FUNDADOR DE WWW.
CARROSOK.COM

TEATRO RICARDO BLUME
Del 24 de enero al 2 de marzo

Viernes, sábado a las 8:00 pm y domingo a las 7:00 pm



**SERGIO
PARIS**

**DEYSI
FORCADES**

**JOSÉ
ARÉVALO**

**DANIELA
RODRÍGUEZ LEÓN**

**ROBERTO
RUIZ**

LA CENA

¿Hasta dónde es capaz
de llegar un padre por un hijo?



Entradas en:



Adaptación libre y dirección de **MARIA DALIDOU**

Basado en **Het Diner** de Herman Koch, publicado por Ambo Anthos Uitgevers



LUCES, CÁMARA

ESTE PRÓXIMO 2 DE MARZO SE CELEBRARÁ LA CEREMONIA MÁS IMPORTANTE DEL CINE; ES POR ELLO QUE DESDE LA REVISTA COCKTAIL ANALIZAREMOS Y PROPONDREMOS NUESTROS CANDIDATOS PARA CONSAGRARSE CON EL MÍTICO GALARDÓN EN EL TEATRO DOLBY.

POR JAROD ROJAS

E MILIA PÉREZ Y SU POLÉMICA

En las últimas ediciones de la ceremonia, la academia buscó celebrar la variedad cultural, el mensaje político y un estilo independiente por parte de las piezas audiovisuales. Entonces, una pieza cuyo director no sea norteamericano, una protagonista transexual, en habla no inglesa y ambientada en México sería la consentida con 13 nominaciones. Sin embargo, la película está en el ojo de la tormenta y sintetizaremos de la forma más puntual la gran cantidad de escándalos que la rodean.

Dirigida por el francés Jacques Audiard el film intenta representar el narcotráfico en México sin la asesoría de personas nativas del país a nivel argumental y actoral. El director mencionó en el festival de cine de Morelia (festival que se realiza en México) que no necesitó investigar el país porque él ya “conocía” toda la información necesaria sobre la cultura mexicana. En otra ocasión, durante una entrevista el director puntualizó que la ausencia de actores mexicanos se debe a que necesitaban estrellas para vender la película antes que una representación cultural. Cabe mencionar que la película está protagonizada por la actriz transexual Karla Sofía Gascón (española), Zoe Saldña (estadounidense de origen dominicano) y Selena Gómez (estadounidense de abuelos mexicanos). Por añadidura, Audiard prefirió recrear los entornos mexicanos desde un set de Francia y no arriesgarse a filmar en la cotidianidad mexicana. Finalmente, ante el recibimiento negativo de la película posterior al estreno, se viralizaron algunas palabras del director donde mencionó que el idioma español es utilizado por países pobres, emergentes y gente inmigrante. En una maniobra de relaciones públicas, Audiard argumentó que sus palabras fueron mal interpretadas y pidió disculpas en lo que parece ser un intento para limpiar la imagen cada vez más maltratada del director y su obra.



y Predicción



LA PREDICCIÓN DE COCKTAIL

Ahora que tenemos el panorama más claro. Podremos hablar de cuáles son nuestros favoritos para alzar la estatuilla este próximo 2 de Marzo.

MEJOR CANCIÓN ORIGINAL

Antes de los escándalos de “Emilia Pérez”, “El mal” se postulaba como la favorita para ganar la terna. Sin embargo, “Never too late” y “Like a bird” han repuntado como solidas candidatas al premio. Desde Cocktail, consideramos que “Like a bird” será la ganadora debido a que “Las vidas de Sing Sing” es interpretada por reos y mandará un mensaje de segundas oportunidades en la sociedad.

MEJOR DISEÑO DE VESTUARIO

Revisando los nominados, podemos intuir que la contienda se definirá entre “Nosferatu” que adapta el clásico homónimo de 1922. Mientras “Wicked” adapta el primer acto del clásico musical de Broadway. Tras un análisis profundo, la escala de vestuarios, personajes y propuestas presentes en “Wicked” son suficientes para que el musical se lleve su primer galardón.

MEJOR MAQUILLAJE Y PELUQUERÍA

A los dos finalistas del apartado anterior se le suma “La sustancia” cuyo monstruo “Emi-Sue” es una de las grandes demostraciones de que los efectos prácticos dan un peso más impactante que una criatura hecha por computadora. En ese sentido “La sustancia” se consagrará como campeona y se llevará el Oscar en esta categoría.

MEJOR DISEÑO DE PRODUCCIÓN

En la concepción cinematográfica, el diseño de producción es todo aquel elemento que está presente en la obra para dotarla de una personalidad visual. La ganadora para nosotros es “Dune parte dos”.

MEJORES EFECTOS VISUALES

Los efectos especiales son los responsables de materializar lo que el maquillaje y los efectos prácticos no pueden. Al igual que en la categoría anterior “Dune parte





dos” es la candidata más sólida y con más argumentos para ser la campeona.

MEJOR BANDA SONORA

La banda sonora es la encargada de componer una atmósfera de un filme. Con la capacidad de remarcar con solemnidad una escena o envolvernos en la tristeza absoluta. “Cónclave” y “The brutalist” son las principales favoritas. Sin embargo, “Cónclave” puede presentarse ligeramente superior por la solemnidad y versatilidad de su banda sonora.

MEJOR SONIDO

La mezcla de sonido potencia la banda sonora mezclándola para que se sienta orgánica en el filme. La gran favorita “Dune: parte dos”

MEJOR GUIÓN ORIGINAL

En esta categoría se introduce una de las grandes favoritas de la noche “Anora”, que retoma el concepto de “Mujer bonita”, pero cambia a un hombre maduro por un adolescente ruso. Por otro lado, “The substance” es una crítica a como la industria del entretenimiento exige a las mujeres mantenerse en una estándar de belleza y juventud. En ese sentido, cualquiera de las dos podría consagrarse, pero si ten-

driamos que elegir una sería “Anora”.

MEJOR GUION ADAPTADO

La capacidad de adaptar una historia a la pantalla grande es una habilidad que muy pocas películas logran a nivel mundial. “Cónclave” es la máxima favorita y la más probable ganadora de la categoría.

MEJOR PELÍCULA DE ANIMACIÓN

La gran favorita es la película lituana “Flow” debido a su calidad fílmica con un bajo presupuesto. “Robot Salvaje” es una gran película que cuenta con un gran estudio detrás (Universal). Ambas son grandes películas no obstante la favorita para este medio es “Flow”.

MEJOR PELÍCULA INTERNACIONAL

La consagración de “Emilia Perez” parece nula por sus escándalos y desafortunada situación. “I’m Still Here” es la favorita no solo de Brasil, sino de Latinoamérica entera.

MEJOR ACTOR DE REPARTO

Kieran Culkin presenta el mejor papel de su carrera y es muy probable que desde este momento el Óscar ya tenga su nombre.

MEJOR ACTRIZ DE REPARTO

Se solía asegurar que Zoe Saldaña tenía el Óscar bajo el brazo, pero es víctima del

mismo fenómeno que la película. Ariana Grande es la más probable campeona por su trabajo magistral en Wicked.

MEJOR ACTOR PRINCIPAL

Adrian Brody tiene medio Óscar en la mano. La otra mitad dependerá del orgullo de la Academia para no dejar que el inconveniente de la IA afecte la consagración del actor. Ralph Fiennes tiene el oscar asegurado si Brody no lo consigue, pero es lo menos probable.

MEJOR ACTRIZ PRINCIPAL

El retorno de una reina, la consolidación de una actriz de época, el último resplandor y el más fuerte de una estrella que no se le dejó brillar: Demi Moore.

MEJOR DIRECTOR

Si hay alguien que podría coronarse es Sean Baker por su trabajo audaz con uno de los dos mejores filmes del año.

MEJOR PELÍCULA

Las dos grandes favoritas de esta categoría son: “Anora” y “The Brutalist”. No obstante, “Anora” es la vigente ganadora del Festival de Cine de Cannes, solo una película pudo ganar ese premio y el Óscar, Parasite (2019), “Anora” está en la capacidad de entrar en esa categoría. //



Cielo azul y vista panorámica de la moderna ciudad de Santiago.

CHILE: MÁS HERMANO que mi hermano

COMO LO DESCRIBE PABLO NERUDA LOS CHILENOS COMPARTEN EL AMOR POR SU TIERRA. POR ELLO NOS INVITAN A CONSTRUIR VÍNCULOS MÁS ALLÁ DE LAS DISTANCIAS Y MUY LEJOS DE LOS PREJUICIOS DEL PASADO CON LOS PERUANOS.

TEXTO Y FOTOS JULIO CÉSAR TORRES MORALES

Visitar Chile es descubrir un país con una identidad muy marcada, de gente cordial, muy cercana y amable. Tan es así que debido a la gran migración de peruanos, han dado cobijo, saboreado y ahora adoptado a nuestra rica gastronomía y la disfrutan tanto como nosotros. Según datos oficiales en Chile existen aproximadamente dos mil restaurantes de comida peruana.

Descubrir o redescubrir Santiago, la multifacética capital de Chile, cosmopolita, moderna y audaz, siempre es una aventura interesante. Esta vez mi viaje ha sido una experiencia casi nueva, diferente, en una ciudad que te conquista y que cautiva por sus diversos panoramas tanto sociales y culturales, con esa versatilidad que la caracteriza. Todo lo que tiene para mostrarnos desde su centro histórico, sus plazas, sus calles, su historia y grandes festivales internacionales; a través de sus sonidos, sabores y colores.

CHILE PERUANIZADO

Esta vez me sorprendí con una sorprendente oferta gastro-

nómica de primer nivel de comida peruana y también chilena. Además de la agitada vida nocturna en sus múltiples barrios, (vale recalcar que es una de las ciudades más visitadas del hemisferio sur). Quiero hacer hincapié a nuestra gastronomía peruana, que goza de una gran aceptación de todos los chilenos. Existe una gran variedad de restaurantes de todos los niveles en Santiago y en el resto del país donde puedes disfrutar de los deliciosos platos peruanos como si estuvieras en el Perú con el mismo sabor y sazón que comer en un barrio de Lima.

Hicimos un recorrido por los más importantes restaurantes peruanos en Santiago como el ALTO AJI SECO en las Condes -uno de los más exclusivos barrios de Santiago-, el AJI SECO DEL MAR en el hermoso balneario de Viña del Mar, los peruanísimos SUMAK ÑUSTA en la comuna de Buin y en la de Santa Cruz, Restaurante ICA también en Las Condes.

DE CHILE PARA EL MUNDO

También no podíamos dejar de visitar un restaurante chileno: DONDE DARIO (comuna de Buin), de comida regional, sorprendente, cálido y delicioso. Además conocimos las impresionantes bodegas vitivinícolas de COUSIÑO MACUL y en Valparaíso un ho-



Hotel boutique espectacular AYCA LA FLORA en Valparaíso.

tel boutique espectacular AYCA LA FLORA y todo esto gracias a JET SMART, ¡la aerolínea que te acerca a la felicidad!

¡Y realmente lo hizo! En las próximas ediciones ampliaremos cada una de las experiencias de los restaurantes y lugares visitados. Por ahora te voy a mencionar algunos lugares imprescindibles que debes visitar en Santiago de Chile:

Cerrito de Santa Lucía, un gigantesco parque ubicado en el corazón de Santiago con una vista espectacular de toda la ciudad.

Cerro San Cristóbal, hermoso parque en medio de la ciudad, en cuya cima se encuentra el monumento a la Virgen de la Inmaculada Concepción y una pequeña capilla. También la vista desde allí es impresionante, cuenta con múltiples atractivos entre los cuales se encuentra el acceso al teleférico con tres estaciones.

El barrio Bellavista, es la zona bohemía, ideal para disfrutar de la gastronomía

y del arte con centros culturales, uno de los más importantes, es el museo La Chascona, una de las casas del poeta chileno Pablo Neruda donde se realizan diversas actividades culturales. Y si te gusta la noche no dejes de divertirte en sus singulares y diversos bares y pubs.

Plaza de Armas de Santiago situada en el kilómetro 0, es un símbolo de la sociedad actual de Chile, plasma su diversidad. Allí encontramos la hermosa catedral, edificios históricos, artistas callejeros, pintores, músicos, jugadores de ajedrez. Aquí se concentra sus diferentes raíces y la mezcla del presente y pasado.

EL PALACIO DE LA MONEDA, SEDE DEL GOBIERNO CENTRAL.

Museo de la memoria, dedicado a conmemorar las víctimas de las violaciones a los derechos humanos durante la dictadura militar de Augusto Pinochet.

El Costanera Center, es un complejo arquitectónico donde se sitúa el rascacielos más alto de Latinoamérica con 62



La cadena de restaurantes Aji Seco es muy exitosa en Chile.



Valparaíso una ciudad portuaria llena de color.

pisos y en donde hay un mirador en el cual se puede observar Santiago en todo su esplendor.

MÁS ALLÁ DE SANTIAGO

Otra ciudad increíble y a solo 3 horas es el puerto de Valparaíso, experiencia única y otra muy cerquita, pero totalmente diferente es Viña del Mar con su modernidad rodeado de playas.

Valparaíso, llamada también la “Joya del Pacífico” es una particular y hermosa ciudad portuaria asentada sobre diferentes cerros que conforman una especie de anfiteatro natural rodeado de barcos, lanchas y caletas del puerto de Valparaíso con casas a desnivel pintadas de muchos colores que le dan un ambiente muy pintoresco lleno de una cultura bohemia e industrial. Bordean la ciudad edificios centenarios, muchas escaleras públicas y hermosos funiculares, además de museos casi frente al mar. Punto aparte la casa museo de Pablo Neruda “La Sebastiana” con una vista panorámica de todo Valparaíso –visitando esta casa se entiende su romántica poesía.

Viña del mar es uno de los lugares más hermosos y turísticos cerca de Santiago, (aproximadamente a 20 minutos de Valparaíso) conocida también como Ciudad Jardín, pertenece a la región de Valparaíso y es mundialmente conocido por El Festival internacional de la canción de Viña del mar, que se realiza en la famosa Quinta Vergara.

Amigos es mucho lo que hay que contar de este país hermano. Una gran ventaja es que se encuentra cerca y en cualquier momento te puedes dar una escapada. ¡No dejes de hacerlo! //

AGRADECIMIENTOS A:

JET SMART, LA MEJOR AEROLÍNEA LOW
COST DE SUDAMÉRICA, QUE FORMA PARTE
DEL PROGRAMA AADVANTAGE®

WEB:

[HTTPS://JETSMART.COM/](https://jetsmart.com/)

INSTAGRAM: @JETSMART_PERU

*JOSÉ BRACAMONTE, ES
SOMMELIER, CATADOR
Y COMPOSITOR DE
LA PROSA VÍNICA, UN
CANTANTE QUE LE DA
VOZ A LA MELODÍA DEL
AMOR PUESTA EN UNA
COPA.*

Hay quienes llevan la magia del servicio de las bebidas del Perú al mundo. Ese es José Bracamonte. Recorre viñedos, recibe del mismo viticultor el mensaje y permiten que nuestros sentidos apagados y distraídos reconecten con la naturaleza a través de la uva hecha líquido. Un artista Marca Perú desde el 2016 y condecorado por el Parlamento Andino el 2024.

EL VINO EN 7 DÍAS

Bracamonte nos hace volar con sus palabras cada vez que entona una descripción de alguna bebida, dejando al Perú por donde viaja en lo más alto. Recientemente lanzó su libro "el vino en 7 días" gracias a la editorial Entrenos, un hit en todas las librerías y hoy nos sigue sorprendiendo con el próximo lanzamiento de su nuevo disco. Un compilado de sueños y escritos de sus más recientes viajes por Europa, entre viñas, enólogos, vinos maestros y paseos infinitos.

EL VINO EN SIETE CANCIONES

Su disco se llamará "El vino en siete canciones" del cual ha ido subiendo singles a spotify en estos dos años. Temas como Despierto en ti, Parte de mí, Fasciname, Impensable, Quiero un amor, Me sabe a ti, y próximamente el tema número 7 con el que el disco saldrá al mercado en estos meses.

on canciones todas dedicadas al vino, declaraciones a la bebida que le cambió la vida a los 19 años por el año 1998, cuando



La madre de José es Mirna Bracamonte, primera actriz peruana que radica en el extranjero.



EL VINO es su vida

comenzó de la mano de Cristina Vallarino, la primera sommelier de Sudamérica. Este disco sale alineado a su libro que ya está en todas las tiendas. Este disco fue grabado con experimentados productores entre Miami y Perú como Pedro "Periko" Almeida, Christian Romero y Duilio de la Llave. Luego de una gira de prensa por Miami, José decide lanzar el disco en su natal Perú.

LO QUE SE HEREDA NO SE HURTA

Todos saben que Bracamonte nació en cuna de artistas, su madre Mirna Bracamonte, primera actriz peruana que radica en el extranjero, que siempre ha sido una luz en su camino del arte; e hijo del diseñador gráfico José Bracamonte Vera, ex director de la Escuela de Bellas Artes.

Recordemos que Bracamonte paralelamente a su carrera de sommelier fue invirtiendo en la industria de la música desde joven, profesores de canto, grabando discos, participando con su voz y composiciones musicales en novelas como De vuelta al barrio, Pulsera Rojas, Mi amor el

wachiman, Luz de Luna, Locura de Amor, Corazón de Fuego, Ana Cristina y grabando más de 5 discos exitosos llenos de amor, peruanidad y estilo propio en interpretación.

Este 2025 José Bracamonte nos seguirá sorprendiendo con más sorpresas, como su empresa de servicios gastronómicos junto a su novia Gianella Huamán.

ME SABE A TI

Estrofa:

Maravillas pensé cuando te vi sentada, Ilusiones yo creí en mi ventana. Soñando con ser más feliz, y vibrando de amor por ti. Escúchame, no quise callar, las circunstancias me obligaron a descansar. Viveme, y que el tiempo ilumine la razón, solo tóname y que esta historia empiece a correr.

Coro:

Ya no te siento, no te veo, me haces falta y cada lugar me sabe a ti, me sabe a ti.
Ya no te siento, no te veo, me haces

falta y cada lugar me sabe a ti.

Estrofa:

Necesito saber que vuelves otra vez, pues es contigo quien yo quiero vivir. Sensaciones perdí solo en esta sala, imaginando volver a ser feliz.

En mi vida, yo busqué, la ciencia de tu amor, y es necesario hacerte sonreír. En mi vida, yo soñé, cantarte esta canción, y es que eres la estrella, que llevo en mi interior.

Coro:

Ya no te siento, no te veo me haces falta y cada lugar me sabe a ti, me sabe a ti. Ya no te siento, no te veo, me haces falta y cada lugar me sabe a ti.

Intérprete: José Bracamonte.

Compositor de letra y música: José Bracamonte.

Guitarra: Sasha Dammert.

Productor musical: Duilio de la Llave.

Mezcla y master: Duilio de la Llave.

Diseño de carátula: Gianella Huamán. //

ARDERÁ EL VIENTO DE GUILLERMO SACCOMANNO

Premio
ALFAGUARA
de novela
2025



El escritor argentino Guillermo Saccomanno fue galardonado con el Premio Alfaguara de novela 2025 por la obra *Arderá el viento*. El jurado destacó en "*Arderá el viento*": «Es la historia de una degradación, de un descascaramiento agónico que poco a poco deja a la vista las miserias del cuerpo social. Expuesta al influjo de los Esterházy, la extraña villa costera argentina deja aflorar la oscuridad que circula por sus zonas subterráneas, como si los visitantes fueran una piedra de toque maligna que lograra sacar a la luz la verdadera naturaleza de los personajes. Escrita en un estilo parco y de una rara intensidad, la novela es la cuidadosa construcción de un deterioro que, aunque transcurra en un país específico, acaba por ser una metáfora distorsionada del espíritu de nuestro tiempo». Guillermo Saccomanno se dedicó durante años a la publicidad y al guion, colaborando con editoriales españolas, inglesas, italianas y norteamericanas. En 1979 publicó el libro de poemas *Partida de caza*, y en 1984 se estrenó en narrativa con la novela *Prohibido escupir sangre*, a

la que siguieron *Situación de peligro* (1986; Premio Club de los XIII); *Roberto y Eva* (1989); *El buen dolor* (1999; Premio Nacional de Letras); la trilogía sobre la violencia política formada por *La lengua del malón* (2003), *El amor argentino* (2004) y *77* (2008; Premio Dashiell Hammett), que tuvo un gran éxito de crítica y público; *El pibe* (2006); *El oficinista* (2010; Premio Biblioteca Breve); *Un maestro* (2011; Premio Rodolfo Walsh); *Cámara Gesell* (2012; Premio Dashiell Hammett); *Terrible accidente del alma* (2014); *Amor invertido* (2015) y *Los que vienen de la noche* (2018), ambas en colaboración con Fernanda García Lao; *Soy la peste* (2020), y *Mirlo* (2024). Algunos de sus relatos han sido llevados al cine y han aparecido en varias antologías, y en 2023 su narrativa corta fue compilada en *Cuentos reunidos*. Además de los mencionados, ha recibido los premios Municipal de Literatura de la Ciudad de Buenos Aires de Cuento, *Revista Crisis de Narrativa Latinoamericana* y *Konex de Platino* 2014. En la actualidad dirige un taller de narrativa y colabora con el diario *Página/12*.

LECTURA
OBLIGADA



SL- 49⁰⁰

Mostros

José Vadillo Vila

Año: 2024

Editorial: Maquinaciones

Nº pág: 35



SL- 42⁰⁰

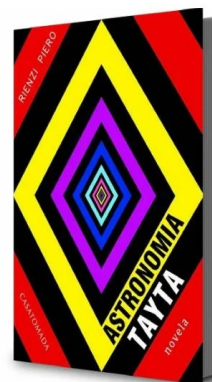
Ninguna historia

Julio Durán

Año: 2024

Editorial: Octógono Ediciones

Nº pág: 163



SL- 39⁰⁰

Astronomía Tayta

Rienzi Piero

Año: 2024

Editorial: CasaTomada

Nº pág: 326

SHOWROOM

Las nuevas tecnologías están mejorando la forma de trabajar de las personas y por ende de las empresas. Pero esa mejora no tiene que ser únicamente en tiempo de trabajo, sino también pueden hacer que tus vacaciones sean un período placentero y sin complicaciones.

visita la web: <https://pe.tiendasishop.com/>



S/599

Los AirPods te ofrecen una experiencia auditiva inigualable y se integran sin complicaciones con tu iPhone, iPad, Mac y Apple Watch.



S/1,599

Monitorea tu frecuencia cardíaca, optimiza tus entrenamientos, responde llamadas, envía mensajes y registra cada movimiento de tu día; todo con el Apple Watch.



S/4,899

Los iPhone 16 y Pro Max capturan cada detalle con la precisión de la cámara gran angular y permanece conectado hasta 27 horas gracias a una batería creada para seguir tu ritmo sin interrupciones.

EL FUTURO DEL **comercio electrónico**

LA AUTOMATIZACIÓN, FLEXIBILIDAD Y OTRAS HERRAMIENTAS SE HAN CONVERTIDO EN PIEZAS CLAVES PARA EL FUTURO DEL COMERCIO ELECTRÓNICO.

El comercio electrónico sigue transformando la forma en que los consumidores compran, estableciendo nuevos estándares de rapidez, precisión y flexibilidad. En este entorno competitivo, la logística eficiente se consolida como el pilar fundamental para el éxito de las empresas, permitiendo satisfacer las crecientes demandas de los clientes y optimizar las operaciones en un mercado en constante evolución.

“Hoy en día, los consumidores no solo buscan productos de calidad, sino también conveniencia, agilidad y control en todo el proceso de entrega, sobre todo en Perú un país que ha crecido enormemente, alcanzando los 13 mil millones de dólares en ventas. Las empresas que no logran adaptarse a estas expectativas corren el riesgo de quedar fuera del mercado, ya que la logística no es un simple soporte, sino el corazón del comercio digital”, sostiene Javier Mercado, Country Manager de Vanderlande Perú.

Es en ese punto que Javier nos demuestra cómo es que la clave del éxito del comercio electrónico lo encontramos en la logística:

Entrega rápida y precisa: La exigencia de los consumidores de recibir sus pedi-



Hoy en día, los consumidores no solo buscan productos de calidad, sino también conveniencia, agilidad y control en todo el proceso de entrega.

dos el mismo día o en lapsos de tiempo muy cortos está redefiniendo los estándares del sector. Las empresas que no logren ofrecer entregas rápidas y fiables corren el riesgo de perder clientes frente a competidores más ágiles.

Flexibilidad en la entrega y devoluciones: Los consumidores valoran opciones como la recogida en tiendas físicas o puntos estratégicos, además de procesos de devolución sencillos. Esto requiere sistemas logísticos que integren tecnología avanzada para gestionar múltiples puntos de entrega y perfiles de pedidos.

Optimización de recursos: Una logística eficiente permite gestionar altos volúmenes de pedidos de manera ágil, adaptándose a la fluctuación de la demanda sin comprometer los tiempos de entrega ni la calidad del servicio.

Reducción de errores y tiempos de inactividad: La automatización y el análisis de datos en tiempo real mejoran la precisión en el manejo de inventarios, reducen costos operativos y minimizan los errores en los procesos, optimizando la experiencia del cliente.

Satisfacción del cliente: Los consumidores esperan conveniencia y control sobre el proceso de compra. Desde el seguimiento del pedido hasta la entrega en el lugar deseado, la logística debe ser transparente y confiable para garantizar la lealtad del cliente.

DESARROLLO DE TECNOLOGÍAS LOGÍSTICAS

“La automatización, análisis de datos y los procesos flexibles lideran el desarrollo de tecnologías logísticas avanzadas para el comercio electrónico. Estas herramientas permiten a las empresas escalar operaciones, reducir costos y garantizar altos niveles de satisfacción en un mercado altamente dinámico”, sostiene el especialista.

Las logísticas avanzadas, responde a estos desafíos con sistemas que integran automatización, análisis de datos



en tiempo real y procesos adaptables a la evolución del mercado. Estas soluciones permiten a las empresas escalar sus operaciones, optimizar recursos y garantizar altos niveles de satisfacción del cliente.

CRECIMIENTO ACELERADO EN EL PERÚ

En el Perú, el comercio electrónico ha experimentado un crecimiento significativo, evidenciado por un aumento constante en las ventas online desde 2005, hasta alcanzar aproximadamente USD 13 000 millones en 2023. Este incremento se atribuye a la facilidad de manejo de redes sociales, la mayor confianza de los consu-

midores en el uso de tarjetas de crédito y débito, así como a un cambio en las formas de venta impulsado por la pandemia.

Las ventas al por menor por internet, especialmente en categorías como electrónica de consumo, moda y productos multimedia, han cuadruplicado su valor total entre 2013 y 2019, representando el 2,3% de las ventas minoristas al cierre de este último año. Además, las preferencias de métodos de pago han experimentado cambios, con una disminución en el uso de crédito y un aumento en el uso de débito y billeteras digitales. //



LA IA EN LA EDUCACIÓN SECUNDARIA



MILY

En los últimos años, la inteligencia artificial (IA) continúa transformando numerosos aspectos de nuestra vida cotidiana, y la educación no ha sido la excepción. La implementación de la IA en las aulas sigue generando entusiasmo, pero también preocupación, especialmente en lo que respecta a su impacto en los estudiantes de secundaria, según investigaciones y estudios recientes.

Uno de los principales beneficios de la IA en la educación es que se puede personalizar el aprendizaje y los sistemas de tutoría inteligente pueden adaptar el contenido educativo e individualizarlo para cada estudiante, identificando sus fortalezas y las áreas que deben mejorarse; permitiendo un aprendizaje más eficiente y efectivo, porque los estudiantes pueden avanzar a su propio ritmo y recibir el apoyo necesario en áreas donde tienen dificultades.

Es importante resaltar que la IA puede proporcionar retroalimentación inmediata a los escolares, punto crucial en su desarrollo académico, ya que reciben comentarios instantáneos sobre sus tareas y exámenes para que puedan corregir errores y mejorar su comprensión.



Sin embargo, a pesar de los beneficios, implementar la IA en la educación representa desafíos significativos. Uno de los principales problemas es la brecha digital, porque no todos los estudiantes tienen acceso a la tecnología necesaria para aprovechar al máximo las herramientas de IA, lo que puede aumentar las desigualdades educativas.

Otra de las principales preocupaciones es el deterioro de la interacción humana en el aula, a medida que la tecnología se instala, por ello se hace fundamental mantener un equilibrio adecuado entre el uso de la IA y la participación activa de los docentes y estudiantes. La comunicación, la colaboración y el desarrollo de habilidades

sociales son aspectos que no deben ser subestimados.

Un informe del Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado (INTEF) de España, destaca que la IA puede mejorar significativamente el aprendizaje y la enseñanza, pero subrayando la necesidad de una visión orientada hacia el futuro para su implementación efectiva. Por su parte, un estudio de la UNESCO sugiere que la IA puede ser una herramienta para reducir las desigualdades educativas si se utiliza de manera inclusiva y equitativa.

En conclusión, es correcto afirmar que la inteligencia artificial tiene demasiado potencial para revolucionar de forma positiva la educación en general, ofreciendo grandes beneficios como la personalización del aprendizaje y la retroalimentación inmediata; pero sin dejar de abordar los desafíos asociados, como la brecha digital, el detrimento de la interacción humana y la comunicación interpersonal para tener la seguridad de que ningún estudiante se quede rezagado y todos puedan beneficiarse de la tecnología. Es por ello que se debe avanzar hacia una implementación cuidadosa y equitativa, ya que la IA puede ser una herramienta poderosa para mejorar la educación en secundaria, pero hay varias alertas para tomar en cuenta.

MILY BARBA
LICENCIADA EN
COMUNICACIÓN
SOCIAL DE LA UNMSM,
CON MAESTRÍA EN
EDUCACIÓN.
PERIODISTA CON
EXPERIENCIA EN
PRENSA ESCRITA,
RADIO Y TV.



Alliance Française
Lima

EDICIÓN ESPECIAL 2025
FESTIVAL INTERNACIONAL DE TEATRO Y DANZA

TEMPORADA ALTA

12 FEB - 18 MAR

10 AÑOS

ENTRADAS AQUÍ



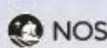
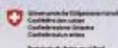
Joinnus

FRANCIA • ESPAÑA • SUIZA • ITALIA • JAPÓN • CHILE • PERÚ

Con el apoyo de:



temporada
alta



awicha

REBARA

bulbo

la noche

SALDA

www.aflima.org.pe





ORGULLO que brilla en Nueva York

DE CAJÓN DESTILADOS HA ALCANZADO UN NUEVO HITO EN SU CORTA PERO IMPACTANTE TRAYECTORIA. SU PRODUCTO INSIGNIA, DE CAJÓN VODKA, HA SIDO GALARDONADO CON LA PRESTIGIOSA MEDALLA DOBLE ORO EN LA NEW YORK WORLD SPIRITS COMPETITION 2024, UNO DE LOS CONCURSOS MÁS RECONOCIDOS DE LA INDUSTRIA A NIVEL MUNDIAL.

La Medalla Doble Oro en la New York World Spirits Competition 2024 se suma a la Medalla de Oro obtenida en 2022 en el mismo certamen, consolidando a De Cajón Vodka como un referente de calidad y excelencia en el mercado internacional. Este reconocimiento refleja no solo la calidad excepcional de sus productos, sino también el impacto positivo de su modelo de negocio en el desarrollo económico y social del Perú.

“En el contexto de un sector altamente competitivo y con

una creciente presencia internacional, este premio es un sello de aprobación que no solo destaca la calidad excepcional del producto, sino que también lo posiciona entre los mejores del mundo”, afirmó Juan Fernando Trujillo, gerente general de De Cajón Destilados. “El Concurso Mundial de Bebidas Espirituosas de San Francisco se ha consolidado como el ‘Oscar de la bebida’, la Medalla Doble Oro en Nueva York refleja el compromiso de la empresa con la excelencia y la innovación, llevando el sabor peruano a los paladares más exigentes a nivel global”, agregó el directivo.

EXCELENCIA Y RECONOCIMIENTO INTERNACIONAL

El reciente galardón en la New York World Spirits Competition 2024 valida la calidad de De Cajón Vodka y su compromiso con la excelencia. Este reconocimiento respalda la seguridad y calidad de sus procesos productivos. La empresa también ha recibido reconocimientos en otros certámenes internacionales, consolidando su reputación global.

El proceso de producción destaca por su meticulosidad y compromiso con la excelencia. Utilizando tecnología de punta y elaborados a través de un método pausado y delicado que se extiende durante todo el día, los destilados alcanzan una pureza inigualable y un sabor inconfundiblemente sofisticado. Además, la marca

emplea alambiques de cobre de estándar mundial y agua purificada mediante ósmosis inversa, garantizando un producto de máxima calidad.

Otro aspecto para resaltar es el elegante diseño de sus botellas con etiquetas artísticas inspiradas en la cultura peruana, que complementa la experiencia premium de la marca. Cada botella refuerza la exclusividad, convirtiéndola en una pieza de colección o en el regalo perfecto, fusionando arte y tradición en cada detalle.

TRADICIÓN, INNOVACIÓN Y COMPROMISO SOCIAL

La historia de De Cajón Destilados es un ejemplo de pasión y perseverancia. Fundada en 2017 por la familia Tovar Fajardo, peruanos residentes en Estados Unidos, la empresa nació del sueño de crear un destilado que fusionara la tradición peruana con estándares internacionales de calidad. Inspirados por el deseo de compartir la esencia de la peruanidad a través de un vodka premium, comenzaron un riguroso proceso de investigación y desarrollo.

Su éxito se sustenta en un modelo empresarial que integra innovación y responsabilidad social. El principal insumo, y gran diferencial, es la papa amarilla Ambo, famosa por su sabor y textura, adquirida en el departamento de Huánuco, lo cual genera un impacto positivo en las comunidades agrícolas y sectores conexos. Para 2025, la compañía planea establecer convenios directos o cooperativas con comunidades agrícolas, fortaleciendo su compromiso con el desarrollo sostenible.

De Cajón también prioriza la sostenibilidad ambiental mediante el aprovechamiento de residuos de producción. El mash residual (puré fermentado) obtenido después del proceso del destilado son



Juan Fernando Trujillo, gerente general de De Cajón Destilados.



De Cajón Vodka ganó la competencia internacional 2024 que se sumó a la M...



Medalla Doble Oro en la New York World Spirits Competition.
Medalla de Oro obtenida en 2022 en el mismo certamen.

destinadas a granjas para la alimentación de ganado porcino. Esta práctica no solo reduce el impacto ambiental, sino que también apoya a otros sectores productivos. Además, la empresa está explorando el desarrollo de biocombustibles a partir de residuos orgánicos, contribuyendo así a la economía circular.

CRECIMIENTO SOSTENIDO Y PROYECCIÓN INTERNACIONAL

De Cajón Destilados ha experimentado un notable crecimiento en el mercado de destilados premium gracias a su estrategia de innovación y compromiso con la calidad. Su presencia se ha expandido en los principales restaurantes, bares y hoteles del país, como Amoramar, La Romántica, Osaka y Sayani. También están disponibles en licorerías y distribuidoras reconocidas como Darío, La Fontana y Disenzo.

A nivel internacional, la empresa ya exporta a Francia y busca expandirse en el mercado estadounidense. Este crecimiento se refuerza con la innovación en su portafolio, incluyendo el lanzamiento de De Cajón Gin y Siembra Vodka en 2023. De Cajón Gin combina 21 botánicos tradicionales y peruanos, mientras que Siembra Vodka apuesta por un blend de alcoholes de papa, ampliando así su oferta premium.

De Cajón Destilados continuará expandiendo su presencia internacional y fortaleciendo sus alianzas con productores locales. Con una estrategia empresarial centrada en la sostenibilidad, la innovación y la excelencia, la empresa se posiciona como embajadora del sabor y la cultura peruana a nivel global. Los planes incluyen la ampliación de su planta de producción y la diversificación de productos con nuevas líneas de destilados inspirados en ingredientes autóctonos. //





SABORES de Portugal

COMO PARTE DE LA ESTRATEGIA COMERCIAL ANUNCIADA EN 2024 POR SU DIRECTOR JAVIER FERNÁNDEZ, DESTILERÍA DON MICHAEL, PROPIETARIA DE LAS GALARDONADAS MARCAS BLACK WHISKEY Y ANDEAN, HA CONCRETADO UN ACUERDO DE EXCLUSIVIDAD CON LA RECONOCIDA EMPRESA PORTUGUESA DE LICORES CASA REDONDO.

Casa Redondo es propietaria de la emblemática marca Licor Beirão —conocido como “el licor de Portugal”— que cuenta con ventas de casi 5 millones de botellas y lidera el segmento de licores en su país, con más del 50% de cuota de mercado. Además, el grupo gestiona marcas de prestigio como el aperitivo Per Se, considerado el mejor del mundo en el Ultimate Spirits Challenge 2021, y el gin Foxtale, el gin portugués número uno.

Con estas incorporaciones, junto a otras cuatro marcas que se añadirán próximamente al portafolio de Don Michael, la empresa busca ofrecer a sus socios comerciales y clientes una amplia variedad de categorías en bebidas alcohólicas: whiskey, vodka, gin, ron, cremas, aperitivos y licores para shots.

BUSCANDO EL PISCO

Javier Fernández adelantó: “Para el segundo semestre de 2025, evaluaremos la entrada en el mercado de vinos portugueses, de la mano de Casa Redondo, y el lanzamiento de una marca de Pisco. Esto podría lograrse a través de una colaboración con alguna empresa existente, la creación de una nueva marca, o incluso la adquisición de una destilería, aprovechando nuestra experiencia en esta categoría”.

Destilería Don Michael reafirma su compromiso con las metas proyectadas al 2029, basadas en la diversificación de su portafolio, la penetración de sus productos en los clientes actuales y la expansión de su distribución. Estos pilares permitirán a la empresa alcanzar un crecimiento exponencial en valor y posicionamiento en el mercado.

CONOCE LOS NUEVOS PRODUCTOS QUE DON MICHAEL TRAERÁ A PERÚ

1. Licor Beirão

La bebida espirituosa favorita de los portugueses. Con más de 130 años de historia, es conocido, como el Licor de Portugal. Licor elaborado a base de 13 plantas aromáticas, semillas y especias seleccionadas



El Aperitivo Per Se es una bebida «cool» y de moda en Portugal.

nadas manualmente. Doble destilación en alambiques de cobre. Sabores a notas de hinojo, romero y naranja y una variedad de especias como la canela y el cardamomo. Para tomarlo con limón y hielo o para sumarlo en un coctel de autor.

2. Aperitivo Per Se

Una bebida «cool» y de moda en Portugal. Se elabora con 24 productos botánicos destilados y macerados. El sabor es complejo en sus ingredientes, pero sin complicaciones en la copa. Ligero, dulce, cítrico por las cáscaras de naranja y con un pequeño amargor en el paladar debido al lúpulo. Todos sus 24 botánicos contribuyen a un rico conjunto de sabores. Con un final suave y cítrico que perdura en boca y nariz.

La evolución de Don Michael

Su historia en el Perú se remonta a la década de 1950. Comenzó en la minería y el petróleo y de ahí se trasladó a las finanzas y la construcción. La evolución de Don Michael ha abarcado muchos años y geográficamente la mayor parte del Perú.



El Licor Beirão es la bebida espirituosa favorita de los portugueses.



Hoy, la tercera generación de su familia está introduciendo un nuevo capítulo totalmente diferente a todo lo anterior. Construido y operado por Michael Kuryla. Don Michael es LA Destilería Andina que produce Black Whiskey. Es única.

En Don Michael solo usan lo mejor. Desde nuestro maíz negro andino y los granos malteados importados hasta sus barricas de roble blanco americano. Utilizan lo mejor de lo mejor para brindar al mundo excelencia. Don Michael se enor-

gullece de haber sido reconocido en múltiples competencias internacionales de bebidas espirituosas. Siendo Black Whiskey, el whiskey más premiado de Sudamérica en 2021.

Don Michael está 100% dedicado a hacer las cosas bien. Eso significa apoyar a sus empleados y preservar nuestro medio ambiente. Esto incluye entornos de trabajo saludables, buenos salarios y beneficios, abastecimiento seguro de materiales, eliminación adecuada de desechos y gestión ecológica del agua.

Por eso en Don Michael se desarrollan acciones de responsabilidad social como Ulcumano Ecologde, proyecto de conservación de bosques de montaña, que ofrece servicios de ecoturismo y hospedaje ecológico como herramienta para la conservación. Por ello por la compra de cada botella de Black Whiskey se destinará un porcentaje para apoyar a Ulcumano Ecologde a continuar con su labor de conservación con el medio ambiente y la comunidad. Además, se han asociado con la ingeniera Alicia Medina en Cajamarca para obtener de manera segura maíz de agricultores que respetan el medio ambiente y se dedican a producir materias primas orgánicas certificadas para su producción. //





EL PISCO DE PISCO

Disfrutar de una copa de pisco es realmente placentero. Mucho antes de que nacieran los cócteles pisqueros, el punch, el sour y el chilcano, el pisco se tomaba puro, como dirían los abuelos, “de a besitos”.

Estar en Pisco y disfrutar del terroir de este lugar nos lleva al fundo La Mora, donde nos recibe el productor y sommelier Ernesto Chang, propietario de este lugar. Don Ernesto nos hace partícipes de los premios ganados, de todos “sus engreídos”, desde los piscos “Fiesta del Sol” hasta el “San Gallán Mosto Verde”.

Es fascinante conocer de cerca el proceso de producción, la pasión y el compromiso que pone en cada botella. Además, la oportunidad de compartir un momento con Ernesto, quien nos relata historias del nombre “San Gallán” y de la tradición pisquera, hace que el disfrute sea aún más significativo.

Francis Drake, corsario inglés que llegó al Pacífico a través del estrecho de Magallanes, arribó al puerto de Pisco pidiendo un rescate que consistía en aguardiente de uva (300 botijas). Para aligerar el peso, las guardaron en una isla cercana que luego se llamaría “San Gallán”. De ahí el nombre de los piscos más representativos de la bodega.



Con mucho orgullo, nos contó del logro obtenido en Europa con el GRAN CINVE - GRAN ORO, al ser considerado unánimemente como uno de los mejores espirituosos del mundo. Uno de los principales atractivos de la bodega es que se puede visitar y disfrutar del destilado en vivo, así como participar en la cata de más de 10 productos de la bodega. Realmente excepcional.

Puro de Italia San Gallán - Fundo La Mora: En nariz, nos ofrece sensaciones de frutas dulces y cítricas, así como flores blancas como el jazmín, con aromas sofisticados de años muy acentuados. En boca, tiene una suavidad y calidez excepcionales, una textura media, con alcohol de intensidad pero elegante. El retrogusto es de pasas muy dulces, con sensaciones gustativas amoscatedas. Tiene un final largo y persistente.

Maridaje: En una buena copa ancha que permita respirar el destilado, con un tiradito de corvina en salsa de ají amarillo, un arroz con pato, o langostinos al ajo dulce.
En esta oportunidad, con revista Cocktail, ¡20% de descuento!

Precio regular: S/ 150.00

Precio revista Cocktail: S/ 120.00

Delivery gratis en Lima Metropolitana: whatsapp: +51 998 155 819 / +51 968 862 643

Facebook e Instagram: @fundolamora / @piscosangallan.

MIGUEL

POR MIGUEL ANDRADE
SOMMELIER DESDE
1997, DOCENTE EN
INSTITUTOS GASTRO-
NÓMICOS, CAPACI-
TADOR, GERENTE DE
RESTAURANTE EN EL
SECTOR HOTELERO,
CONDUCTOR DEL
SEGMENTO “EL BUEN
BEBER” EN RADIO
EXITOSA.

A man with dark curly hair and a beard, wearing a checkered shirt, stands next to a woman with short grey hair, wearing a blue and white patterned sleeveless top. They are both smiling and embracing each other in front of a red door.

¿y si te canto **CANCIONES** *de amor?*

Dramaturgia:

Dino Armas

Dirección:

Augusto Mazzarelli

David Carrillo

Verónica Miranda

Del 13 al 30 de marzo

Jueves a lunes 8:00 pm - Domingo 7:00 pm

TEATRO DE LUCÍA

Calle Bellavista 512, Miraflores





Steve Morales se encuentra a la cabeza del gran equipo del restaurante Song, donde disfrutamos de los sabores milenarios de China.

MASTER EN GESTIÓN gastronómica

CON MÁS DE 20 AÑOS DE EXPERIENCIA EN LA GESTIÓN ESTRATÉGICA Y OPERATIVA DE RECONOCIDAS MARCAS EN LA INDUSTRIA HOTELERA Y GASTRONÓMICA. STEVE MORALES GONZAGA HA LIDERADO EQUIPOS Y PROYECTOS EN EMPRESAS DE ALTO NIVEL NACIONAL COMO INTERNACIONAL, ENTRE ELLAS LA HACIENDA, HOTEL LIBERTADOR LIMA GOLF, HOTEL RADISSON, Y HOTEL WESTIN. ACTUALMENTE MANEJA LAS OPERACIONES DE ALGUNAS DE LAS MARCAS DEL EXITOSO GRUPO GASTRONÓMICO KONG.

POR OMAR AMORÓS

A sí es, hoy por hoy Steve Morales Gonzaga es un exitoso hombre de negocios que lleva la batuta estratégica y operativa de grandes marcas en el rubro gastronómico del Grupo Kong. Pancho Fierro, Song, Izakaya, Lucky, son algunas de ellas. Y actualmente tiene a su cargo también el desarrollo de un ambicioso proyecto como lo es la recuperación de la hermosa Casa Graña para su implementación como restaurante.

LOS SECRETOS DE LA ABUELA

Pero ¿cómo nació ese Steve empresario y su relación con el mundo gastronómico? “Yo siempre he creído que cuando tú te desempeñas en rubro, cualquiera que sea todo parte de algo o alguien quien te inspira y mi historia tiene que ver con mi infancia. Mi relación con la gastronomía y la hotelería tiene que ver con esos recuerdos, con lo que llamo por primera vez una mesa de comida, pero también de amor. A mí me criaron mis abuelos y me enamoré por primera vez de la cocina por mi abuela. Yo era el nieto que mientras todos se iban a jugar a la calle yo la acompañaba a comprar al mercado en el Rímac donde vivía y la ayudaba en ese ritual que hacía ella para cocinar”.

El pequeño Steve miraba todo ese ritual y se sentía enamorado de la cocina y empezó a preguntar a su abuela sobre qué hacía para que quede bien el sabor. Así ella le fue enseñando todos esos secretitos que hacen deliciosa a la comida de casa. Pero las enseñanzas no quedaban en la cocina. Pasaban a la mesa, le enseñó cómo debe ser el orden para armar una mesa, que todo lo que la forma tiene un lugar y un porqué debe ir ahí. Su abuela siempre le decía “que en la mesa nunca se pelea porque cuando uno se molesta la comida cae mal y que en la mesa siempre hay espacio para uno más”.

EL CLIENTE SE DEBE SENTIR COMO EN CASA

Esas enseñanzas son para toda la vida y le ayudaron –y lo siguen haciendo– en su formación profesional. Desde aquella primera vez a los 15 años en el restaurante Costa Verde, que entusiasmado compartió las recetas nuevas que aprendía en su trabajo y que compartía con su abuela con quien incluso tuvo un cuaderno donde las escribía; es así que luego de pasar por algunos trabajos más decidió que ese era el rumbo que quería tomar para su vida, que quería ser chef. Fue así que aprendió que era diferente cocinar en casa con amor para algunas personas que para varias a la vez. Con la experiencia descubrió que quería que el cliente sintiera lo que él sentía cada vez que era la hora del almuerzo en casa: que sea muy bien atendido, que se sienta en una mesa muy simétrica.

EVOLUCIÓN NATURAL

Todo lo que aprendió quedó muy calado en su ser y fue su referencia para cuando estudió gastronomía y administración: ¿Cómo lograr esa experiencia, que la gente se sienta como él se sentía? Ese fue su norte para lograr lo que ha logrado, sumado a la evolución de su trabajo con metas y objetivos.

Empezó como lavaplatos, pasando por mesero y bartender, luego cocinero, maitre y sommelier; hasta que se le pre-



Song, no solo es comida China, sino lo más sofisticados cocteles presentados e innovadores y lúdicos re-



sentó la oportunidad de trabajar en hotelaría donde pasó también una evolución natural: fue jefe de obra, jefe de alimentos y bebidas, jefe de operaciones. Esa nueva experiencia hizo que aumentara su conocimiento en procesos que lo formó para ser el hombre de negocios que es hoy.

CLAVES PARA UNA BUENA GESTIÓN OPERATIVA EN EL RUBRO GASTRONÓMICO

Para Morales el desarrollo de la formación del llamado “Boom de la comida peruana” pasó por dos etapas: de explorar el talento humano a explotarlo y aunque actualmente sigue siendo una realidad, Steve entendió que no se debe normalizar eso porque no se puede agotar a una persona hasta que quede exhausto porque no hay nada mejor y aprovechable que tener un personal contento y descansado. “Cuando colocas a un trabajador en el

mismo equilibrio de valor que la empresa se convierte en uno que te va a acompañar por muchos años”.

“Yo siempre he sido una persona resistente, pero me volví más cuando empecé a dedicarme exclusivamente a este rubro. Tenía que levantarme a las 5 de la mañana para empezar a las seis y regresaba a la medianoche, pero llega un momento en que el cuerpo te dice que ya no puedes más y bajas el servicio al cliente y la calidad del producto. Él empezó a aplicar en todos los equipos donde estuvo un cambio de 360 grado: “Se va a trabajar ocho horas, pero las vamos a volver más eficientes y en equipo. Todos somos iguales, solo tenemos responsabilidades distintas. Pienso que cómo trabajadores de un restaurante tenemos dos tipos de metas: la satisfacción y el retorno del cliente, pero también la que confié en nosotros”.

“A todos mis trabajadores siempre les digo trabaja de tal manera que quieras mi puesto. Yo te voy a ayudar, yo te doy las enseñanzas y el esfuerzo lo pones tú. Yo te doy la capacitación, pero las ganas las tienes que poner tú. Yo no quiero que pasen tres o cinco años y verte en el mismo lugar. Alguno dirá, pero no es bueno tener a alguien siempre de mesero, por ejemplo y yo le diré no porque cuando él ascienda inspirar a otras que quieran ser como él”.

PROYECTOS 2025

Como grupo empresarial, Steve nos cuenta que tienen muchos proyectos para este 2025; algunos que él está gestionando son: un nuevo local del bar Pancho Fierro en el centro comercial de Jefferson Farfán y un nuevo restaurante en la emblemática Casa Graña. ¡Le aseguramos nuevos éxitos! //



ACHE: EXPLORANDO



Juan Mahchi, es el gerente del restaurante Ache.



a comida nikkei

EL RESTAURANTE ACHE CUMPLIÓ 10 AÑOS FUSIONANDO LO MEJOR DE LA GASTRONOMÍA PERUANA Y JAPONESA, SU PROPUESTA VA MÁS ALLÁ DE LO QUE COMÚNMENTE CONOCEMOS SOBRE LA COMIDA NIKKEI. ACHE PRESENTA SIEMPRE UNA CARTA QUE NO DISCRIMINA A NINGÚN PALADAR, POR LO CONTRARIO, UNE A TODOS LOS GUSTOS EN UNA MISMA MESA.

POR OMAR AMORÓS

La carta de Ache es amplia, al igual que su historia recorre lo mejor de la fusión de la gastronomía peruana con la japonesa, utilizando técnicas, insumos y combinación de sabores de ambas cocinas, con esa exploración ha descubierto que la comida nikkei combina bien con cualquier cosa, sobre todo con los diversos insumos de nuestra tierra. Y lo constatamos, vivimos la experiencia Ache.

EXPERIENCIAS DE VIDA

Juan Mahchi, es el gerente del restaurante y quien más que él para contarnos cómo festeja Ache estos primeros diez años de vida. “Para mí, en el plano personal han sido años muy interesantes, de mucho aprendizaje porque han sido años muy cambiantes, con muchos sucesos,. Incluyendo pandemia y muchos cambios de gobierno, muchas cosas que creo que un restaurante se convierte en un reflejo de lo que en algún momento percibe la sociedad. Si la gente este alegre se genera consumo y si la sociedad está preocupada, angustiada, de alguna manera con otras prioridades deja de consumir, todo eso se refleja en el día de un restaurante, de Ache”.

“Nadie va a un restaurante porque necesita comer para vivir, sino va a disfrutar, a tener una experiencia y es lo que nosotros le ofrecemos. Experiencias integrales en las cuales nos preocupamos de cada uno de los detalles que pueda tener el cliente para que realmente regrese a su casa feliz”.

LA EXPERIENCIA DE LOS ÚLTIMOS AÑOS

Mahchi tomó las riendas de Ache en el 2015 y desde entonces tuvieron un crecimiento continuo hasta el 2019. Luego llegó

la pandemia y como todos los negocios del rubro cerraron por unos meses, para después empezar a hacer delivery, incluso pusieron un minimarket donde vendían insumos japoneses para que la gente cocinara en su casa. Ese 2020 fue como nos cuenta Juan una locura y una aventura para narrar a los nietos, primero les permitieron abrir con un aforo reducido, de ahí les ampliaron el horario, luego le redujeron el aforo y por último le disminuyeron el horario nuevamente. Hoy en día esas situaciones pueden resultar graciosas, pero sí que afectaron a muchos.

En el 2021 aun la gente tenía miedo a salir, así que no fue un buen año para ellos, recién para marzo del 2022 empezó a ver una reactivación sostenida. El 2023 y 2024 no es hayan sido malos años para Ache, sino que no continuo el resurgimiento explosivo que había tendido en el año 22, tuvieron un crecimiento moderado. Así que han decretado que este 2025 será un año maravilloso porque están totalmente convencidos que ha llegado muy bien por eso están haciendo muchos ajustes y mejores que ya han empezado a notarse porque creen mucho en las mejores continuas, es decir las mejores de pequeñas coas todo el tiempo porque así lo amerita la gastronomía que es totalmente dinámica.

EL CLIENTE ES PARTE DE LA DINÁMICA GASTRONÓMICA

Ache tiene una visión muy particular de este dinamismo gastronómico conformado por tendencias, modas, innovaciones tanto de la competencia nacional como del panorama internacional. Para ellos el gran referente de la gastronomía, es el propio cliente al cual escuchan mucho, y en base a los que ellos cuentan van adaptándose, a lo que necesitan o sienten que les falta. “Si bien tenemos un chef jefe con bastante creatividad y sabe clarísimo cómo es el mercado, la verdadera retroalimentación es el mismo cliente”, recalca Juan Mahchi.

Este 2025 Ache está cambiando la carta -ya en estos días-. Presentará novedades en entradas, aperitivos, cocteles (con y sin



Innovadores makis.



El infaltable pisco sour.



Tiradito al estilo nikkei.

alcohol). Este cambio es un refuerzo y una renovación. La repotencian con algunas cosas que han podido percibir de justamente esa escuchas a clientes, para satisfacer necesidades que deben ser cubiertas por ellos; a su vez los platos que menos se venden -como dice Juan- se tomarán un descanso, no es que lo eliminan, sino lo sacan para reinventarlos y relanzarlos un tiempo después si fuese el caso o no.

ACHE, RESTAURANTE VIVO Y DINÁMICO

La revolución de la comida nikkei en el Perú parte de esa función con la gastronomía peruana, en su mayor parte de forma individual, es decir a través de la cocina de autor y en Ache esa es la regla principal. Por ejemplo, entre sus platos estrellas están; un Ceviche de pato con un arroz meloso japonés, como lo describe Juan, un arroz con pato con toques de Huaral, pero con una adaptación nikkei. Otras delicias que estarán en su carta son: Carnillera de res con curry (el japonés que es más suave y perfumado. Costillar de cerdo a baja temperatura (que lo hacen cocinar por 44 horas, para que se deshaga en tu paladar por con solo mirarla). “Tenemos varios platos que son cocina de autor con toques nikkei y fuertes raíces peruanas ya sea en algunos conceptos, procesos o ingredientes”. //

COMIDA afrodisíaca

UN AFRODISÍACO ES UNA SUSTANCIA QUE INCREMENTA EL DESEO SEXUAL ENTRE LAS PERSONAS. EL TÉRMINO DERIVA DEL NOMBRE DE LA DIOSA GRIEGA DEL AMOR, AFRODITA, DIVINIDAD RELACIONADA CON LA FECUNDIDAD.

La comida marina se considera afrodisíaca por su alto contenido en zinc y proteínas, que contribuyen a la producción de testosterona y estrógeno, y al funcionamiento hormonal. Sin embargo, no hay evidencia científica que demuestre que el consumo de mariscos tenga un efecto afrodisíaco.

El zinc ayuda a la producción de testosterona y estrógeno. Las proteínas del marisco pasan rápidamente a la sangre, lo que ayuda al funcionamiento hormonal. El alto contenido en minerales del marisco favorece la estimulación de capacidades físicas y mentales.

SABOR MARINO DE CASA

Y eso lo sabe la cebichería María Pastor desde ese 1985 en que la señora María Pastor, junto con su familia, decidió dejar su norte querido (Chepén y Chiclayo) y emigrar a la capital para hacer realidad su sueño: llevar el sabor de la comida marina de casa a la mesa del público más exigente.

Luego de muchos años de esfuerzo y dedicación, trabajo arduo, diario y constante, en 1994 logró abrir su restaurante,

con el cual materializó el sueño que desde siempre albergó: dar a conocer a la mayor cantidad de clientes su particular y exquisita sazón hecha en casa, empleando los más frescos insumos a los que les agregó, una innovadora manera de presentarlos complaciendo así al más exigente paladar peruano. De ese entonces, han pasado 30 años y actualmente atiende en su popular restaurante de Av. Cuba 1200, Jesús María, hoy administrado por su hijo Víctor.

PLATOS DEL AMOR

Y es en este local donde unos de sus experimentados chefs, Javier Félix Machado nos presenta una serie de platos que subirán a temperatura –y algo más–.

Empezamos con una potente Leche de pantera, una variable de nuestra tradicional Leche de Tigre y uno de los platos emblemáticos de María Pastor desde sus inicios. Un delicioso jugo de conchas negras acompañado por choclitos, canchitas y pedazos de rocoto, un jugo potente que no lo o la dejará dormir.

Y siguiendo con las conchas negras, el especial ceviche con ellas consta de 200 gramos del molusco con la preparación



Chef Javier Félix Machado



Cebiche de conchas negras.



clásico de nuestro plato emblema y que se acompaña con camote y choclo como guarniciones.

Pero no solo platos afrodisíacos con conchas negras puedes disfrutar en María Pastor, sino también de ricas y contundentes sopas como la Parihuela de Cangrejo, unos de los llamados platos levantamueertos, que te da energía y hasta ganas de trabajar. Consta de una base de chilcano o caldo de pescado, con el cangrejo como estrella y bañado en chicha de jora y vino blanco.

Y para redondear el encuentro también deben probar un exquisito Chupe de

Cabrilla, en cuya presentación resalta el pescado completo montado por un siempre ponderado huevo, en base a su propio chilcano (caldo del pescado) y acompañado de habas y papas amarillas.

Además, complementan la abundante carta de platos marinos, nuestra comida criolla: Lomo saltado, Papa a la Huancaína, Arroz con pollo, Arroz con pato, entre muchos otros platillos. Todo acompañado por las refrescantes bebidas de la casa: Chicha morada y Maracuyá, las más diversas marcas de cervezas y los distintos macerados en pisco para chilcanos y otros cocteles. Puedes hacer tus reservas en María Pastor al 3322815 / 998135733. //



Un exquisito Chupe de Cabrilla.

**CRISTIAN
RIVERO**

**MAGDYEL
UGAZ**

**ARMANDO
MACHUCA**



UNA SEMANA NADA MÁS

DE **CLÉMENT MICHEL**

DIRIGIDA POR **ANI ALVA HELFER**

UNA PRODUCCION DE

GIANELLA NEYRA

ANI ALVA HELFER

RENATO NONAJULCA

ESTRENO

20 DE MARZO 2025

TEATRO NOS

CAMINO REAL 1037 - SAN ISIDRO

Scotiabank.



NOS

COMPRA TUS ENTRADAS EN
TELETICKET

11Y6
TALENTOS